Sportissimo

TSV IPSHEIM
1910 e.V.

Wo Sport
Spaß macht

Vereinszeitung

Turn- und Sportverein 1910 Ipsheim e.V.

Ausgabe 1/2013

armin DÜLL

Weingut an der Steige

Vinothek | **Weinstube**

Mailheim 1 · 91472 Ipsheim · Tel. 0 98 46/97 67 88
mail@mailheim.com · www.weingut-an-der-steige.de

Öffnungszeiten der Weinstube:

Fr.	ab 16 Uhr
Sa. und So.	ab 14 Uhr

Weinverkauf:

Mo. bis Sa.	9 - 18 Uhr
Sonntag	9 - 12 Uhr

oder nach Vereinbarung

Liebe TSV-Mitglieder,
liebe Leserinnen und Leser,

in der modernen Welt sind Smartphone, Tablet oder Laptop nicht mehr wegzudenken. Soziale Netwerke - allen voran Facebook - erobern die Welt und speziell die junge Generation will (und kann) nicht mehr darauf verzichten. Überall kann man aktuelle Informationen abrufen oder sich mit Freunden austauschen. Ob das ein Segen oder ein Fluch ist, sei dahin gestellt. Wie alles hat auch die moderne Kommunikation Licht- und Schattenseiten. Verschließen kann man sich ihr sowohl als Privatperson als auch als Verein nur schwer.

Als moderner und dennoch traditionsbewusster Sportverein gehen wir natürlich mit der Zeit und so ist der TSV seit einigen Monaten auch auf Facebook vertreten. 119 „Freunde" haben unsere Seite übrigens schon „geliked" (d. h. zum Ausdruck gebracht, dass ihnen unsere Facebook-Seite gefällt). Diejenigen, die damit etwas anfangen können, bitten wir an dieser Stelle, unsere Seite zu teilen. Je mehr „Freunde" wir haben desto mehr Leute erreichen wir mit unseren „Posts" (Eintragungen).

Aber die Generation, die mit Facebook, Internet und Co. nichts anfangen kann, braucht keine Angst haben. Wir behalten alle Mitglieder im Blick und werden auch weiterhin Informationen auf klassischem Weg - über Info-Zettel, Windsheimer Zeitung oder die *Sportissimo* - verteilen.

Am Schluss dieses kleinen Ausflugs in die moderne Technik und Kommunikation sei noch angemerkt, dass dieses Vorwort Dank Laptop überwiegend im Zug (auf der Fahrt von der Arbeit in Nürnberg nach Hause) entstanden ist.

Zurück zur *Sportissimo*. Wir gehen ins 10. Jahr und beim nächsten Mal feiern wir mit der 20. schon die nächste Jubiläumsausgabe. Aber auch die aktuelle Ausgabe braucht sich nicht verstecken.

Der Vorstand berichtet von vielerlei Anschaffungen für mehrere tausend Euro. Wir stellen wieder interessante TSVler vor und im Interview gewähren uns Manuela Arzberger und Tanja Schürmer - unser bewährtes Übungsleiter-Tandem - interessante Einblicke in ihre „Beziehung". Selbstverständlich blicken wir auch auf zahlreiche Sportfeste, Laufveranstaltungen und das

Trainingslager zurück. Den Fasching lässt unser Prinzenpaar in Wort und Bild Revue passieren.

Neben vielen weiteren lesenswerten Berichten, findet sich in dieser Ausgabe auch ein Bericht über mich, den ich wie alle anderen natürlich vorher schon gelesen habe. Einerseits weil ich für den Inhalt der *Sportissimo* verantwortlich bin (siehe Impressum), andererseits weil ich für mein Vorwort wissen muss, was überhaupt in unserer Vereinszeitung steht. Und zu eben „meinem Bericht" möchte ich noch etwas anmerken: Der TSV funktioniert nur so gut, weil ich als Vorstand auf ein großes Team von Unterstützern vertrauen kann. Egal ob Ausschussmitglieder, Übungsleiter/innen, FSSJler oder freiwilliger Helfer – alle ziehen zum Wohl des TSV an einem Strang. Und so möchte ich an dieser Stelle betonen, dass der Erfolg des TSV zwar schon immer auch den Vorständen, aber genauso auch einem großen Team von engagierten und verantwortungsbewussten Menschen zu verdanken war und ist!

Nun aber viel Spaß beim Lesen und allen, die bald Urlaub haben, schon jetzt schöne Sommerferien.

Jochen Prinzkosky

Inhaltsverzeichnis

In eigener Sache
Der Vorstand berichtet 4
Generalversammlung 5
TSV-ler, über die man spricht 6
Sportler/in des Jahres 2012 7
Trainerlehrgang 7
Interview
Diesmal: Manuela Arzberger und Tanja Schürmer 8
Rückblick
Leichtathletik 9
Laufveranstaltungen 13
Orientierungslauf 14
Trainingslager 15
Siebenkampf 16
Nordic-Walking-Tag 17
Deutsches Turnfest 17
Du hast die Hölle überlebt 18
Vorschau
Termine 19
Beachvolleyball-Turnier 19
Sportwochenende 20
Weinberglauf 21
Fitness-Tipp
Wozu brauchen wir einen Medizinschrank? 22
Fasching
Rückblick des Prinzenpaares 23
Aus den Turnstunden
Im Alter beweglich bleiben 26
Eltern-Kind-Turnen 26
Fitness für Frauen 27
Tischtennisgruppe 27
Impressionen 28
Serie
10 Jahre Erster Vorstand 29
Vermischtes
Gehirnjogging 33
Wussten Sie,...? 34
Wir gratulierten. 35
Willkommen im TSV 35
Impressum 35
Ergebnisse 36

Der Vorstand berichtet

Bau(m)maßnahmen

Schon 2012 ist unser Sportgelände etwas gewachsen. Da der FSV größere Baumaßnahmen plant, wurden die Erbpachtverträge mit der Gemeinde für beide Vereine neu gestaltet. Der TSV bekam dabei einen etwa 10 m breiten Streifen am südwestlichen Ende des Sportgeländes hinzu (entlang des Zauns bei den Fahrradständern bis hinunter zum Fußballplatz).
Da mit dem Hinzugewinn auch die drei darauf stehenden großen Bäume in unsere Verantwortung übergegangen sind, ließen wir diese im Frühjahr deutlich zurückschneiden, um die Gefahr von herabfallenden Ästen zu beseitigen, den Bäumen und der Turnfest-Eiche auf dem Sportgelände insgesamt wieder mehr Licht zu geben und für einen gesunden Wuchs zu sorgen. Diese aufwendige Maßnahme, für die Herr Bechner aus Ipsheim extra eine große Arbeitsbühne mit entsprechender Ausladung organisieren musste, schlug mit knapp 1000,- € zu Buche.
Eine weitere Baumaßnahme wurde in der letzten Vorstandschaftssitzung beschlossen. In den nächsten Wochen wird ein weiterer Abschnitt des Zauns erneuert. Diesmal ist der Zaun vom neuen Geräteschuppen bis zum Ende der Laufbahn dran. Dabei werden wir auch gleich das Tor im Zielbereich ersetzen lassen und wie schon bei der letzten Zaunsanierung wieder in eine Ausführung aus qualitativ hochwertigen Doppelstabmatten investieren. Die Kosten werden sich auf ca. 7.000,- € belaufen.

Neuanschaffungen

Ende 2012 stand eine größere Anschaffung im technischen Bereich ins Haus. Rund 5.000,- € wurden dabei in zwei neue Funkmikrofone mit Head-Set und eine Sound-Anlage mit acht Boxen, Verstärker, Mischpult und CD-Player investiert. Dass sich die Investition gelohnt hat, durften - als eine der ersten - die Gäste der TSV-Narrensitzung erleben, die sich über eine perfekten Sound während der Sitzung freuen durften.
Aber auch zahlreiche neue Sportgeräte wurden bis dato angeschafft. Den größten Posten stellen zwei neue Tischtennisplatten und zehn Tischtennisschläger dar. Des weiteren haben wir unseren Bestand an Gymsticks um weitere 18 Stäbe ergänzt und außerdem noch Hallen-Hochsprungständer, einen Sprungstab, eine Balancierleine, Balancekissen, Lochbälle und einen Wettspiel-Volleyball gekauft. Insgesamt wurden dafür knapp 3.000,- € fällig.
Erfreulicherweise hat auch die Gemeinde vier Turnmatten, eine Weichbodenmatte und eine neue Langbank für den Sportbetrieb der Grundschule angeschafft, die ansonsten auf den großen Gerätebestand des TSV zurückgreift.
Eigentlich haben wir 24 rot-weiße Sonnenschirme mit TSV-Logo für sonnige Sportfeste bestellt. Bei ihrer „Feuertaufe" wurden diese allerdings zu großen Regenschirmen umfunktioniert, denn die Wetteraussichten beim Umzug anlässlich des Feuerwehrfests in Beerbach am 12. Mai waren alles andere als sonnig. Aber egal ob Regen oder Sonnenschein, ein freundlicher Farbtupfer sind die neuen Sonnenschirme allemal.

Banken zeigen sich spendabel

Im Rahmen der letzten Generalversammlung durften wir den mit 500,- € dotierten PR-Award der ING-DiBa entgegennehmen. Thomas Bimüller hatte in mühevoller Arbeit einen Film über den TSV und die letztjährige Scheckübergabe (es gab 1000,- € für den TSV) beim Weinberglauf gestaltet, der bei den Verantwortlichen der ING-DiBa offensichtlich auf viel Gegenliebe stieß und mit weiteren 500,- € belohnt wurde.
Dieses Jahr gab es erneut 1000,- € aus dem „we care"-Programm der ING-DiBa, für das Gabi Bimüller den TSV erneut bei ihrem Arbeitgeber angemeldet hat.
Die heimische Raiffeisenbank Bad Windsheim zeigte sich ebenso großzügig. Auch die Raiffeisenbank verteilt seit vielen Jahren regelmäßig Spenden-Schecks und hat den TSV in diesem Jahr erneut mit 1000,- € bedacht.
Auch die Sparkasse soll an dieser Stelle nicht unerwähnt bleiben. Sie hat den TSV in der Vergangenheit ebenfalls schon öfter unterstützt und ist seit der ersten *Sportissimo*-Ausgabe treuer Werbepartner und somit auch ein Stück weit für das Erscheinen der *Sportissimo* verantwortlich.
Allen Verantwortlichen an dieser Stelle unser herzlichstes Dankeschön.

Neuer Hallenboden?

Schlechte Nachrichten mussten wir vor einiger Zeit der „Ipsheim aktuell" entnehmen. Der Gemeinderat hatte sich ge-

Preisverleihung bei der Ing-DiBa zweite von rechts Gabriela Bimüller

Brauereibesichtigung in Reichelshofen

gen die von uns lang ersehnte Erneuerung des Hallenbodens ausgesprochen. Zwischenzeitlich erklärte uns Bürgermeister Frank Müller am Rande des Nordic Walking-Tages jedoch, dass man die Erneuerung des Hallenbodens im nächsten Haushalt einstellen will. Diese Aussage haben wir erfreut zur Kenntnis genommen. Bleibt zu hoffen, dass die dringend notwendige Erneuerung des Hallenbodens im nächsten Jahr tatsächlich realisiert wird und der Gemeinderat entsprechende Mittel im Haushalt bereitstellt.

Sportlerehrung der Gemeinde

Bei der Sportlerehrung der Gemeinde im Sitzungssaal des Rathauses wurden auch unsere beiden Sportler des Jahres geehrt. Aus den Händen von Bürgermeister Frank Müller erhielten Lisa und Leon Khavvam ein Präsent und eine Urkunde.

Brauereibesichtigung in Reichelshofen

35 TSVler folgten am 18. April einer Einladung der Landwehrbräu nach Reichelshofen. Zu verdanken hatten wir die Einladung den guten Kontakten unseres Prinzenpaares. Prinz Michael III. - bekanntermaßen Junior-Chef der hiesigen Bäckerei Merkel - backt seit einiger Zeit eine „Bierkruste“ (Schwarzbrot), zu deren Zutaten u. a. ein dunkles Bier der Landwehrbräu gehört. Und so ließ es sich die Landwehrbräu nicht nehmen unser Prinzenpaar samt närrischem und sportlichem Gefolge zur Brauereiführung mit anschließender Bierprobe und Vesper nach Reichelshofen einzuladen. Bei der Brauereiführung erfuhren wir viel Wissenswertes um die Braukunst und konnten Bier in verschiedenen „Ausbaustufen“ direkt vom Edelstahltank probieren. Anschließend ließen wir uns die verschiedenen Biere der Landwehrbräu und einen leckeren Vesper schmecken, bevor uns der Bus wieder nach Ipsheim brachte.

Jochen Prinzkosky

Generalversammlung

Neben den diversen Berichten von Vorstand, Kassier, Sportwart und Gerätewart standen bei der Generalversammlung Ehrungen und Neuwahlen auf der Tagesordnung

Ehrungen

Anlässlich der Generalversammlung wurden folgende Mitglieder geehrt:

Vereinsehrennadel in Silber für 25jährige Mitgliedschaft
Anni Böhm
Christina Bitzinger
Ute Haag
Tanja Karl
Martina Kapfenberger
Angela Kraus
Walter Dingfelder
Harald Köhler
Uwe Streckfuß
Frank Rechter

Vereinsehrennadel in Gold für 50jährige Mitgliedschaft
Martin Aumüller
Herbert Bitzinger
Eduard Keller
Willfried Zeller

BLSV-Ehrennadel mit der Aufschrift 60 für 60jährige Mitgliedschaft
Gudrun Dehner

Ehrennadel der Bayerischen Sportjugend in Gold mit Kranz für 20jährige Übungsleitertätigkeit
Uwe Streckfuß

Ehrennadel der Bayerischen Sportjugend in Silber mit Gold für 10jährige Übungsleitertätigkeit
Karin Kopta

Ehrennadel des BLSV in Gold mit Kranz für 30 jährige Mitarbeit in der Vereinsvorstandschaft
Karl Täufer

Verbesserung von Vereinsrekorden

Philipp Dingfelder
Kornelius Schuh
David Peltner
Julian Hack
Michael Uhl
Sven Salomon
Nika Alt
Sabine Eber
Paul Nohner
Fabian Schäfer
Daniel Mader
Leon Khavvam
Lisa Khavvam

Neuwahlen

Die Neuwahlen brachten folgendes Ergebnis:

1. Vorsitzender:	Jochen Prinzkosky
2. Vorsitzender:	Michael Arzberger
Kassier:	Silvia Ripka
Schriftführer:	Stephan Kreuzer
Sportwart:	Ernst Ripka
Gerätewart:	Karl Täufer
Jugendvertreter:	David Schwarzkopf
Fahnenträger:	Reiner Geißendörfer
Beisitzer:	Michael Bially Thomas Bimüller Bernd Dentel Petra Eber Gerlinde Hertlein André Khavvam Heidi Merkel Willfried Röthlingshöfer Renate Schmutzer

Die Sportgruppen werden von 42 Personen betreut. Davon besitzen 19 eine Übungsleiter-Lizenz.

Martin Aumüller bei der Überreichung der Vereinsehrennadel in Gold

neu in der Vorstandschaft: Thomas Bimüller

TSV-ler, über die man spricht

Stephan Kreuzer
Übernahm in der Session 2012/2013 das Amt des Elferratspräsidenten und bei der Generalversammlung das Amt des Schriftführers.

Gudrun Dehner
Besser bekannt unter ihrem Mädchennamen Prinzkosky, konnte am 13.09.2012 auf eine 60jährige Mitgliedschaft im TSV zurückblicken.

Eduard Keller
Mit Edi verlies an der Generalversammlung ein weiterer TSV-Kapitän nach über 40jähriger Mitarbeit die TSV-Kommandobrücke.

Herbert Bitzinger
Herbert stellte sich ebenfalls an der Generalversammlung nach über 34 Jahren Mitarbeit im Vereinsausschuss nicht mehr der Wiederwahl.

Michael Bially
Unser Michael erhielt beim Kreistag 2013 den Dr. Dollinger-Gedächtnispreis von Staatssektretär Christian Schmidt überreicht.

Julian Hack
Neuer Stern am TSV-Himmel. Gleich bei seinem ersten Start auf Nordbayerischer Ebene konnte Julian den 2. Platz im Kugelstoßen und den 3. Platz über 800 m belegen.

Luana Spanu
Ein kleines Laufwunder aus Dietersheim. Bei den Mfr. Cross-Meisterschaften gewann Luana ihre Altersklasse.

Wilfried Zeller
Wurde an der Generalversammlung mit der goldenen Ehrennadel für 50jährige Mitgliedschaft ausgezeichnet.

Willi Sehr
Unser ältestes TSV-Mitglied wurde am 28.04.2013 90 Jahre alt. Beide Vorstände gratulierten unserem Jubilar.

Sportler des Jahres 2012

Im Rahmen der Generalversammlung des TSV Ipsheim wurden die Sportlerin und der Sportler des Jahres 2012 bekanntgegeben. Ein Novum in der Vereinsgeschichte sind die Preisträger. Erstmals wurde ein Geschwisterpaar gemeinsam geehrt.
Es sind dies Lisa und Leon Khavvam.

Lisa und Leon Khavvam bekommen die Sportler/in des Jahres-Trophäe überreicht

Die 16jährige junge Dame erhielt diese Auszeichnung nach 2009 bereits zum zweiten Mal. Im letzten Jahr brachte sie das Kunststück fertig, gleich 10 Vereinsrekorde zu verbessern. So sind z.B. bei 100 m Hürden, 300 m, 800 m und 1500 m neue Zeiten mit ihrem Namen in der ewigen Bestenliste markiert. Diese können nun auf der Homepage unter www.tsv-ipsheim.de eingesehen werden. Erstmals wagte sie sich an den Stabhochsprung (1,86 m). Sechs Kreismeistertitel in der Leichtathletik nennt sie 2012 ihr Eigen. Vereinsmeistertitel im Turnen und im Fackelcrosslauf zeugen von der Vielseitigkeit der zierlichen Athletin. Siege beim Abendsportfest in Neuendettelsau und beim landesoffenen Saisonabschluss in Schweinfurt, sowie ein 2. Platz in der Mfr. Einzelmeisterschaft über 100 m Hürden und die erfolgreiche Teilnahme beim Jedermannzehnkampf in Herzogenaurach und den Nordbayerischen Meisterschaften runden das erfolgreiche Jahr ab.

Ihr Bruder Leon wollte seiner großen Schwester in nichts nachstehen. Auch er ist Dank seiner Topleistungen in der Leichtathletik bereits zum zweiten Mal Sportler des Jahres. Acht verbesserte Vereinsrekorde lesen sich schon gut, aber dass er 16 Kreismeistertitel holt, spricht für seinen Ehrgeiz und sein Talent. Sei es Ballwurf, Weitsprung, Hürdenlauf, Staffellauf, 300 m, 400 m oder auch 1000 m, überall hatte der 11jährige die Nase vorn. Eigentlich hätte er auf Grund seine Alters noch in der neu geschaffenen Kinderleichtathletik starten müssen, doch der Ehrgeiz ließ ihn des öfteren bei den Zwölfjährigen starten. Er komplettierte jüngst die 4 x 75 m Staffel. Laufen auf allen Distanzen ist sein Steckenpferd, so verwundert es nicht, dass er 1500 m und 2000 m kurz hintereinander lief und jedesmal das höchste Treppchen erklomm. Die Schülerdistanz des Weinberglaufes nutzte er zum Aufwärmen um beim Hauptlauf nach 30:51,8 min ins Ziel zu rennen. Auch er debütierte im Stabhochsprung mit 1,86 m.

Vorsitzender Jochen Prinzkosky wünschte den Beiden weiterhin viel Erfolg und viel Interesse am Sport im Allgemeinen und dem Wettkampf im Besonderen.

Ernst Ripka

Sterne, Schmetterlinge und Bulgarische Staffeln

Die Outdoor-Sportart Orientierungslauf (OL) erobert sich mehr und mehr einen Platz im Interesse unserer Sportler insbesondere auch der jungen Leute. Um auch in Ipsheim ein attraktives OL-Training anbieten zu können, ließen sich Gabriela Bimüller und Michael Bially mit weiteren 20 aktiven Sportlerinnen und Sportlern aus Bayern, Schwaben, Österreich, Italien und Bulgarien zu lizensierten C-Trainern im Orientierungslauf ausbilden.

Der Lehrgang, der im Raum Regensburg stattfand, umfasste 120 Ausbildungsstunden und wurde mit einer theoretischen und praktischen Prüfung abgeschlossen.
Nie langweilig wurde es bei den vielfältigen theoretischen Inhalten. Sportpädagogische Grundlagen, Trainingslehre, allgemeiner Aufbau von Sportstunden oder sportmedizinische Grundlagen gehörten ebenso dazu wie OL-spezifische Inhalte wie die Regeln im OL, spezielle Trainingsmethoden, das Erstellen von Orientierungslaufkarten, geeigneter Bahnlegung für alle Altersklassen und dem Umgang mit der dafür erforderlichen Software.

Die Auswertung von Wettkämpfen mittels GPS war ebenso Thema wie der Einsatz von Videoanlayse zur Verbesserung der Lauftechnik.
In vielen praktischen Einheiten konnten die angehenden Trainer, die selbst gute Wettkämpfer und zum Teil Kaderangehörige sind, ihr neues Wissen anwenden. Dabei lagen die praktischen Ausbildungsschwerpunkte in der Anwendung von Trainingsmethoden im Gelände und auch OL-Training in der Halle. Für den Nachwuchs der OLG Regensburg wurden kleine Wettkämpfe organisiert und durchgeführt.
Und was hat das Ganze nun mit Sternen und Schmetterlingen zu tun? Oder was sind Bulgarische Staffeln? Nun, das und

Michael Bially und Gabriela Bimüller

vieles mehr, erfahrt ihr, wenn ihr demnächst unsere Trainings besucht. Wir, Gabi und ich, freuen uns schon darauf.

Michael Bially

Zehn Fragen an ….. Manuela Arzberger und Tanja Schürmer

Seit Jahrzehnten sind beide im TSV aktiv und bilden ein harmonisches Team: Manuela Arzberger und Tanja Schürmer. Als Übungsleitertandem haben sie inzwischen Hunderten von Kindern die Freude an Bewegung, Spiel und Sport vermittelt und bieten Woche für Woche ein abwechslungsreiches Programm. Großes Engagement, Einfühlungsvermögen und fast immer gute Laune zeichnen die beiden aus.
Während Tanja inzwischen schon lange Jahre im fernen Kaubenheim gemeinsam mit ihrem Mann Dieter und den Schwiegereltern eine Gastwirtschaft mit Hausmetzgerei und Weinbau betreibt und derzeit in ihrem Beruf als Erzieherin - abgesehen von ihren beiden eigenen Kindern Anne und Philip - pausiert, ist Manuela, die als Bankkauffrau bei der Sparkasse tätig ist, mit ihrem Mann Michael und Sohn Simon in Ipsheim geblieben.
Nachstehend erfahren wir einiges über Manuela und Tanja:

Manuela Arzberger und Tanja Schürmer

Welche kleinen Dinge des Alltags machen Euch glücklich?
Tanja und Manu: Zeit füreinander zu haben (manchmal auch nur ein 5 Minuten-Cappuccino) und zusammen mit der Familie und den Freunden etwas unternehmen zu können.

Worüber könnt Ihr Euch im Alltag richtig ärgern?
Tanja und Manu: Leute mit ständiger Hektik, die Menschlichkeit und Höflichkeit oft in den Hintergrund stellen.

Könnt Ihr Euch noch an Euer erstes Zusammentreffen erinnern?
Tanja und Manu: Wir kennen uns schon seit der Grundschule. Zum „Tandem" wurden wir aber erst durch unsere gemeinsame Gardezeit beim TSV, wo wir mit 14 bzw. 15 Jahren angefangen haben.

Welche Eigenschaft schätzt Ihr besonders am jeweils anderen?
Tanja an Manu: Manu ist immer zuverlässig und hat alle Daten rund um TSV und Sportfeste im Kopf und ich hab sie lieb.
Manu an Tanja: Tanja ist eine Person, die immer freundlich, hilfsbereit und für ihre Freunde da ist, wenn man sie braucht. Man kann sich glücklich schätzen so jemanden als Freundin zu haben.

Neben der *Sportissimo*, Eure Lieblingslektüre?
Tanja: Die Zeitschrift „View"
Manu: Keine Wirtschafts- bzw. Politikzeitschriften. Aktuelle Bücher bzw. Romane derzeit „die Dienstagsfrauen".

Wofür habt Ihr zuletzt viel zu viel Geld ausgegeben?
Tanja: Fällt mir gerade nichts ein.
Manu: Natürlich für unseren Umbau bzw. Möbelkauf.

Euer Lieblingslied und was verbindet Ihr damit?
Manu und Tanja: Wir haben kein spezielles Lied, sondern hören gerne aktuelle Hits. Frau muss ja auf dem „Laufenden bleiben" wegen der Kids. Uns gefallen aber auch ältere Songs (waren im März zusammen bei Rock meets Classic).

Euer größter sportlicher Erfolg?
Tanja: Mit der Hauptschule haben wir uns für das Finale „Jugend trainiert für Olympia" in Berlin qualifiziert und sind 2. geworden
Manu: Start in der Kreisauswahl bzw. diverse Kreismeistertitel, die schönsten Erinnerungen sind jedoch die deutschen bzw. bayerischen Turnfeste, wo das „dabei sein" zählt.

Gefühlt sind Arzbergers entweder mit Umbau und Renovierung beschäftigt oder sind im Urlaub? Wie siehst Du dies Tanja?
Tanja: Kommt einen nur so vor.

Hast Du, Manuela, exclusiv für die *Sportissimo*-Leser, einen Insider-Tipp, wie Sie ihr Geld sicher und gewinnbringend anlegen?
Manu: Nein, da ich im Kreditbereich tätig bin. Ich bin mehr für`s „Geld ausgeben" zuständig.

Wo seht Ihr Euch in zehn Jahren?
Tanja und Manu: Wir hoffen, dass wir noch lange zusammen Turnstunde halten können und uns die Kids trotz unseres „Alters" noch haben wollen.
Anmerkung der Redaktion: Dem letzten Satz ist nichts hinzuzufügen. Das hoffen wir auch.

Erhard Hertlein

Leichtathletik

Hallensportfest am 18.11.2012 in Eckental mit Kreismeisterschaften des Kreises Erlangen

Leon Khavvam lehrte auch seinen Konkurrenten aus dem Erlanger Leichtathletikkreis das Fürchten. Trotz sehr großer Teilnehmerfelder startete Leon in vier Disziplinen. Mit 17 Aktiven war der 30 m Lauf ausgezeichnet besetzt, was aber für Leon nur ein weiterer Ansporn war. Im vierten von fünf Zeitläufen siegte Leon souverän mit 5,17 sec., was in der Endabrechnung aller 17 Teilnehmer den 1. Platz bedeutete. Das gleiche Spiel im Hochsprung. Mit übersprungenen 1,31 m ließ er seine 13 Mitkonkurrenten weit hinter sich. Einmal auf Höchsttemperatur angekommen, konnten ihn seine Alterskollegen auch im 30 m Hindernislauf und im Medizinballstoßen nicht ernstlich gefährlich werden. Fazit: Vier Starts, vier Siege, Leon mach weiter so!

Nordbayerische Hallenmeisterschaften M, F, Jgd. U 18 und U 20 am 13.01.2013 in Fürth

Traditionell starteten unsere Top-Athleten Angelika Mader und Harald Köhler bei den Nordbayerischen Hallenmeisterschaften der Aktiven in Fürth. Mehr Training unter Wettkampfbedingungen, so muss man die Ergebnisse einordnen. Beide hatten bei den bis zu 20 Jahre jüngeren bayerischen Spitzenathletinnen und -athleten keine Chance. Weder über 60 m wo beide in den Vorläufen ausschieden, noch über 200 m und vor allem im Weitsprung konnten sie sich nicht im Vorderfeld platzieren. Lisa Khavvam, im vorigen Jahr immerhin im Endlauf über 60 m Hürden, scheiterte 2013 knapp. Als 4. ihres Vorlaufes verfehlte sie das Finale um knapp 3 Zehntel-Sekunden. Gut lief es bei ihr im Weitsprung in dem sie mit 4,66 m eine ansprechende Leistung ablieferte.

Leandro Spanu beim Crosslauf in Zirndorf

Bezirksmeisterschaften im Crosslauf am 27.01.2013 in Zirndorf

Wieder konnte der TSV bei den mittelfränkischen Crossmeisterschaften ein Ausrufezeichen setzen. Luana Spanu gewann ganz überraschend ihre Altersklasse W 8, vor so namhaften Gegnerinnen aus Zirndorf und vom Großverein LAC Quelle Fürth.
Gut platzieren konnte sich auch Amelie Dahl mit Platz 4 in der Klasse W 10. Viktoria Haas lief ebenfalls ein beherztes Rennen, was ihr am Ende den 5. Platz einbrachte. Yannic Dahl und Janosch Bimüller konnten sich mit Platz 4 und Platz 5 bei den Schülern M 8 gut behaupten. Da wollten die Väter Francesco (Spanu) und Thomas (Bimüller) ihren Sprösslingen nicht nachstehen. Mit Platz 9 für Francesco Spanu (Altersklasse Männer M 35) und Platz 7 von Thomas Bimüller in der Klasse Männer M 45 konnten beide ihr Gesicht wahren.

Nordbayerische Hallenmeisterschaften U20/M15 am 03.02.2013 in Fürth

Seine große Klasse deutete Julian Hack bereits 2012 beim Jugendvergleich der mittelfränkischen Kreise an. Was er allerdings bei den Nordbayerischen Meisterschaften der Klasse M 15 in Fürth an Leistungen brachte, stellte alle aufkommenden Wünsche in den Schatten. Bei zwei Starts: Zwei Medaillen sowie zwei neue Vereinsrekorde. Einfach Klasse dieser Rohdiamant. Das Kugelstoßen, eher ein Mauerblümchen beim TSV, katapultierte er in den Fokus der TSV-Verantwortlichen. Mit der Weite von 12,14 m errang er den 2. Platz und damit die Nordbayerische Vizemeisterschaft. Die 800 m schaffte er in 2:21,83 min, ebenfalls ein neuer Vereinsrekord, und gewann in dieser Disziplin sensationell die Bronzemedaille.
Lisa Khavvam startete über 60 m Hürden und im Weitsprung, allerdings in der für sie nächsthöheren Klasse U 20 und nicht wie gewohnt in der Klasse U 18. Was Lisa bot, war aber auch aller Ehren wert. Mit Platz 6 im Weitsprung und Platz 8 im Finale über 60 m Hürden erzielte sie gute Resultate. Man möchte beiden TSV-Athleten zurufen: „Macht weiter so".

Senioren-Hallensportfest am 09.02.2013 in Fürth

Nichts Neues bei unseren Senioren.
Auch in diesem Jahr war Fürth eine gute Adresse für unsere Seniorin Angelika Mader und unseren Senior Harald Köhler. Fast das gleiche Bild wie in den Vorjahren. Jeweils vier Starts in den Disziplinen 60 m, 100 m, 200 m und Weitsprung. Angelika schaffte es drei Mal auf dem ganz obersten Treppchen zu stehen. Siege gab es jeweils über 60 m, 100 m und im Weitsprung mit ordentlichen Leistungen. Ein kleiner Fleck auf der sonst weißen Weste war der 200 m Lauf, hier konnte sie „nur" den zweiten Platz belegen". Harald wollte da seiner Kollegin in nichts nachstehen. Er gewann sowohl die 200 m als auch den Weitsprung und landete über 100 m auf dem zweiten Platz und über 60 m erzielte er den 3. Platz. Da kann man nur sagen „weiter so".

Offene Kreismeisterschaften im Crosslauf am 23.02.2013 in Scheinfeld

Oh Häuflein klein, könnte die Überschrift bei den Kreismeisterschaften im Crosslauf in Scheinfeld lauten. Was sich die letzten Jahre schon andeutete, immer weniger Läuferinnen und Läufer

Tom Berger (350) wird zum ersten Mal Kreismeister

finden den Weg zu diesen Meisterschaften. Mit acht Starterinnen und Startern war der TSV noch ein Verein der „viele" Läufer an den Start brachte. Die Ausbeute hielt sich daher auch in Grenzen. Nur Tom Berger und Janosch Bimüller konnten einen Kreismeistertitel in der Klasse M 7 und M 8 erringen. Ehrenplätze (2. Plätze) gab es für Julian Hack, Leon Khavvam, Yannic Dahl, Amelie Dahl und für unseren Oldie Willfried Röthlingshöfer. Für Kornelius Schuh reichte es in der stark besetzten Altersklasse M 12 für den 4. Platz.

10. Hallensportfest des TSV Wendelstein am 02.03.2013

Janosch Bimüller, Yannic Dahl und Leon Khavvam nahmen am Hallensportfest in Wendelstein teil. Dabei überraschte besonders Janosch Bimüller mit insgesamt drei zweiten Plätzen. Leon Khavvam konnte die Plätze zwei, drei und vier belegen. Für Yannic Dahl, der erstmalig in Wendelstein dabei war, galt es zu lernen, denn er konnte in der Zunft der Großen noch nicht mithalten.

Hallenkreismeisterschaften der Schüler am 09.03.2013 in Bad Windsheim

Siegeszug der Ipsheimer Athleten bei den Schüler-Hallenmeisterschaften in Bad Windsheim. Sage und schreibe 22 Titel gingen an den Ipsheimer Nachwuchs. Eifrigster Titelsammler war wie im Vorjahr Leon Khavvam mit 5 Titeln, gefolgt von Julian Hack und David Peltner mit drei Siegen. Auf zwei Siege brachte es Philip Schürmer. Einen Titel steuerten Tom Berger und Janosch Bimüller bei.
Bei den Mädchen stand Alisia Helm zwei Mal ganz oben. Zu je einem Einzeltitel reichte es für Amelie Dahl, Jule Dingfelder und Franziska Ebert.
Traditionell immer gut sind die TSV-Staffeln. So gewannen die Schülerinnen U 10 mit Luana Spanu, Emma Kopp, Alisia Helm und Jana Schmidt den KM-Titel. Das gleiche Bild bei den Schülerinnen U 12. Hier siegte der TSV mit den Läuferinnen Marie Meyer, Lena Sturm, Daniela Vogl und Amelie Dahl. Die Schülerinnen U 14 mussten sich mit 56 Hundertstel Rückstand geschlagen geben. Bei den Buben das gleiche Bild; sowohl die Staffel der Schüler U 10 und U 12 erzielten jeweils 2. Plätze. Den Kreismeistertitel holte sich die Staffel U 14 mit Leo Khavvam, Kornelius Schuh, Philipp Dingfelder und David Peltner souverän vor den Staffeln aus Burghaslach und der zweiten Mannschaft des TSV. Insgesamt ein ganz erfreuliches Ergebnis was unsere jungen Athleten zustande brachten.

Senioren Hallen-Europameisterschaften vom 19. – 24. März 2013 in San Sebastian (Spanien)

Auch in diesem Jahr ließ es sich unser Senior Harald Köhler nicht nehmen, an den Hallen Europameisterschaften teilzunehmen. Dazu machte er sich nach Spanien auf, um auf der großen europäischen Bühne der Senioren an den Start zu gehen.
Leider reichte es in diesem Jahr zu kei-

Emma Kopp übergibt den Stab an Alisia Helm

Hannes Seemann

mehr als 40 Kinder des TSV beim Hallensportfest in Bad Windsheim

Elias Rösch

Marie Schöttle und Maria Berger

Cheyenne Reuter

ner Medaille. In der aussichtsreichsten Disziplin der 4 x 200 m Staffel schrammte er mit seinen Kollegen um 38 Hundertstel an der Bronzemedaille vorbei. Mit dem 4. Platz blieb die „Blechmedaille".
In seiner Paradedisziplin dem Weitsprung schaffte Harald unter 16 Teilnehmern aus acht Ländern eine sehr gute sechser Serie. Er begann mit 5,77 m, steigerte sich auf 5,79, später auf 5,94 m, und landete auf einem tollen 6. Platz.
Über 60 m und 200 m ging Harald ebenfalls an den Start. Bei bis zu 10 Vorläufen in den einzelnen Disziplinen kam Harald über die Vorläufe nicht hinaus.
Trotzdem Platz 4 und 6 waren wieder ein Traumergebnis.
Bravo Harald!

5. Weitsprungmeeting am 28.04.2013 in Gollhofen

Wie eigentlich jedes Jahr Traumergebnisse für unsere sechs Teilnehmerinnen und Teilnehmer beim Start in die neue Saison. Siege gab es insgesamt vier durch Leon Khavvam, Daniel Mader, Harald Köhler und Angelika Mader. Zweite Plätze errangen Uwe Streckfuß und Lisa Khavvam. Das beste Resultat erzielte Angelika Mader mit 4,80 m. Respektabel auch die 5,55 m von Daniel Mader, der der Mutter in nichts nachstand.

Kinderleichtathletik am 28.04.2013 in Gollhofen

Bei sehr kühlen Temperaturen trafen sich die Kinder zum ersten von vier Sportfesten, die 2013 auf dem Programm stehen. Insgesamt nahmen 15 Mannschaften, darunter einige außerhalb unseres LA-Kreises teil. Der TSV trat mit insgesamt 21 Kindern in drei Mannschaften in Gollhofen an. Sie hatten jeweils vier Disziplinen zu absolvieren. Zwei zweite Plätze sowie ein fünfter Platz waren die Ausbeute. Die nächste Veranstaltung findet für unsere Nachwuchsleichtathleten in Ipsheim statt, ehe sie in Burghaslach ihre Visitenkarte abgeben. Das große Finale wartet dann im November in der Burgbernheimer Sporthalle. Neben dem üblichen Wettkampf stehen für unsere Kleinsten ein großes Rahmenprogramm und eine große Siegerehrung für die Gesamtsieger dieser vier Veranstaltungen auf der Tagesordnung.

Staffel- und Speerwurf-Kreismeisterschaften am 04.05.2013 in Langenzenn

Wieder einmal der erfolgreichste Verein war der TSV in Langenzenn. Mit 8 Kreismeistertiteln kehrten die jungen Athletinnen und Athleten von ihren Staffelmeisterschaften zurück.
Integriert waren auch die Speerwurfmeisterschaften, da in Burghaslach bei den Einzelmeisterschaften dafür kein Platz im Zeitplan ist.
Glücklich waren alle männlichen Langstreckenstaffeln, die alle einen neuen Vereinsrekord aufgestellt haben. Diese Tatsache ist der neuen Wettkampfordnung geschuldet, die vorsieht, dass bei den Schülern keine 3 x 1000 m mehr gelaufen werden, sondern wie bei den Schülerinnen 3 x 800 m. Die wertvollste Leistung brachte die Jugendstaffel U 18 mit Sven Salomon, Daniel Mader, Fabian Schäfer und Julian Hack, die ihre eigene Bestmarke über 4 x 100 m erneut unterboten. Die neue Bestmarke steht nun bei 47,6 sec.

Nicole Sturm

Luana Spanu

Alisa Helm und Jana Schmidt

Jana Schmidt, Emma Kopp, Joelina Stammler, Laura Summ, Marie Wagner und Carina Kilian

Bahneröffnung am 05.05.2013 in Schweinfurt

So richtig krachen ließen es unsere drei Teilnehmer bei der Bahneröffnung in Schweinfurt.
Julian Hack zeigte eine tolle Leistung im Kugelstoßen der Klasse M 15. Er stieß die Kugel auf die neue Bestmarke von 12,99 m, eine tolle Leistung. Ebenfalls gut lief es über 800 m. Doch auf der Zielgerade verhinderte ein Sturz auch hier eine neue Bestmarke. Wohl einen seiner besten Wettkämpfe absolvierte Daniel Mader in Schweinfurt. Herausragend die persönliche Bestleistung im Weitsprung mit sagenhaften 5,97 m. Nur ganz wenige sind beim TSV bisher weiter gesprungen. Sein Hochsprungergebnis von 1,72 m kann man als relativ normal betrachten. Allerdings über die 100 m Strecke ließ er es nochmal richtig krachen. Am Ende blieb die Uhren bei 11,86 sec stehen.
Und die Frau Mama machte ebenfalls mit tollen Zeiten über 100 m in 13,39 sec und über 200 m wieder einmal mit einer 27er Zeit nämlich exakt 27,81 sec von sich reden. Als Dreingabe gewann sie den Weitsprung der Frauen mit guten 4,89 m.
Ein wahrlich gelungener Auftritt unserer Leichtathleten.

Sprinter- und Läuferabend am 16.05.2013 in Gunzenhausen

Leon Khavvam vertrat die Farben des TSV in Gunzenhausen recht erfolgreich. Leon startete über die 75 m und im 60 m Hürdenlauf. Beide Disziplinen konnte er souverän gewinnen. Sowohl über die 75 m als auch über die 60 m Hürden ließ er seinen Gegnern keine Chance.

Sparkassen-Meeting am 18.05.2013 in Ellwangen

Mit einer hochkarätigen Besetzung in allen Disziplinen konnte dieses Sportfest aufwarten. Allein schon bei den Namen der teilnehmenden Vereine konnte man mit der Zunge schnalzen. Der TSV war quasi mit der Crème de la Crème seiner Leichtathleten vertreten. Einen ausgezeichneten Eindruck hinterließen sowohl Leon Khavvam als auch Julian Hack. Beide konnten jeweils zwei neue Vereinsrekorde aufstellen. Leon wurde mit 2:49,71 zweiter über 800 m in der Altersklasse M12. Im Vierkampf seiner Altersklasse errang er mit 1547 Punkten Platz 4. Auf der Jagd nach neuen Rekorden ist auch Julian. Zum dritten Mal verbesserte er seinen eigenen Vereinsrekord über 800 m und wurde Sieger nicht nur in seiner Altersklasse sondern auch im gemischten Lauf aller Schüler. Seine Zeit 2:18,56 min. Ebenfalls mit einem neuen Vereinsrekord wartete Julian im Vierkampf auf. Unter 15 Teilnehmer landete er mit 2041 Punkten auf dem 2. Platz. Eine gute Vorstellung gab auch Daniel Mader in der Klasse U 18. Für die 100 m benötigte er 12,24 sec und war damit schneller als unser Senior Harald Köhler. Platz 4 war die Belohnung für Daniel. Nicht ganz so gut lief es für ihn im Hochsprung. Hier überquerte er 1,67 m, was am Ende Platz 6 bedeutete. Mit 5,72 m im Weitsprung erzielte Daniel eine gute Weite. Die Bronzemedaille und der 3. Platz waren verdienter Lohn. Hinter diesen hervorragenden Platzierungen verschwanden fast die Ergebnisse unserer Oldies. Harald Köhler lief über 100 m 12,43 sec, was Platz 11 bedeutete. Im Weitsprung erzielte er mit 5,68 m Platz 8. Platz 9, 4 und 8 erzielte Angelika Mader über 100 m, 200 m und im Weitsprung. Bei beiden muss man einschränkend sagen, dass sie in den Aktivenklassen am Start waren. Insgesamt waren die Ergebnisse jedoch toll.

Internationales Deutsches Turnfest 2013 in der Metropolregion Rhein-Neckar

Mit Uwe Streckfuß lieferte nur ein Aktiver unter den 6 Teilnehmern einen Wettkampf. Man kann schon sagen traditionell absolvierte Uwe den Wahlvierkampf, bestehend aus 100 m, Weitsprung, Kugelstoß und Schleuderball. Unter den 29 Teilnehmern überzeugte Uwe mit einem 8. Platz. Seine Ergebnisse können sich, lässt man mal Kugelstoßen außen vor (7,84m), sehen lassen. Die 100 m absolvierte er in 12,97 sec. Im Weitsprung folgten 5,14 m und in der Exotendisziplin Schleuderball brachte es unser Uwe auf 31,99 m. Insgesamt ein ordentlicher Wettkampf unseres Einzelkämpfers. Weitere Nachrichten vom IDT an anderer Stelle dieser Zeitung.

Horst Prinzkosky
Ehrenvorstand

Laufveranstaltungen

Bereits 49 Podestplätze, zwei Kreismeistertitel bei unseren Jüngsten und zwei persönliche Bestzeiten sind die Erfolge unserer Läufer seit der letzten Ausgabe der *Sportissimo*.

Eisig und windig beginnt der Rückblick auf die Laufveranstaltungen dieser Ausgabe. Denn dichter Schneesturm herrschte am 09.12.12 bei der Anfahrt zum **Ochsenfurter Nikolauslauf**. Dort trat ***Janosch Bimüller*** als einziger TSVler bei windigen Minusgraden mit 20 weiteren Läufern seines Geburtsjahrganges an und erreichte dabei den vierten Platz.

Eine ganz besondere Laufveranstaltung hatte sich ***Amélie Dahl*** zum Jahresende ausgesucht: In Deutschlands ältester Stadt Trier nahm sie am renommiertesten **Silvesterlauf** des Landes teil. Es gibt weltweit nur wenige Läufe, die stimmungsmäßig an diesen Silvesterlauf herankommen. So werden hier brasilianische Trommler und Tänzerinnen nach dem Vorbild des ältesten Silvesterlaufs der Welt in São Paulo geboten. Im 1000 m langen Mädchenlauf belegte Amélie im starken Feld von 25 Mädchen in der W9 einen tollen vierten Platz.

Den Jahresauftakt bildete der 10. **Dreikönigs-Wald-Crosslauf** in Münchsteinach. Bei diesem zwanglosen Läufertreffen vertraten ***Dr. Hans-Peter Nohner*** und ***Willfried Röthlingshöfer*** die Farben des TSV und belegten die Plätze 1 und 7.

Weiter ging es mit dem **Wallenstein-Cross** am 27.01.13 in Zirndorf, bei dem auch die mittelfränkischen Bezirksmeister im Crosslauf ermittelt wurden. ***Luana Spanu*** war hierbei unsere herausragende Siegerin. Insgesamt vertraten sechs Kids und ein Erwachsener bei diesem Tiefschneelauf unseren Verein.

Eine knappe Woche später fand der 2. **Weinparadies-Crosslauf** am Hohenlandsberg statt. Herrschten hier im vergangenen Jahr bei der Auftaktveranstaltung noch zweistellige Minusgrade, kämpften sich die Läufer dieses Mal über eine aufgeweichte, nasse Strecke. Interessant war, dass von den insgesamt 89 Teilnehmern immerhin 13 für den TSV Ipsheim starteten. Und auch die Ausbeute kann sich sehen lassen: insgesamt neun Podestplätze! Davon fünf (!) erste, drei zweite Plätze und ein dritter Platz!

Die erste **Kreismeisterschaft** in diesem Jahr stand am 23.02. in Scheinfeld an. Bei Schneetreiben, teilweise Tiefschnee und Minusgraden war ein anstrengender Rundkurs zu bewältigen. Am Ende konnten von unseren acht angereisten Läufern immerhin sieben aufs Podest steigen. Die beiden Kreismeistertitel gingen hierbei an den erst 6-jährigen ***Tom Berger*** in der M7 und ***Janosch Bimüller*** in der M8. Tom hatte hierbei sein Laufdebüt und setzte sich trotz eines Sturzes beim Start souverän mit über einer Minute Vorsprung gegen die Konkurrenz durch! Beim 2.800 m Schülerlauf erreichte ***Julian Hack*** sowohl im Gesamtlauf als auch in seiner Altersklasse den zweiten Platz.

Mit dem **6-Stunden-Lauf** in Nürnberg startete unser Ultra-Langstreckenläufer ***Willfried Röthlingshöfer*** seine diesjährige Lang-Laufserie. Beim **12-Stunden-Lauf** in München setzte er sie dann fort, um sich dabei mit 102,84 erreichten Kilometern den ersten Platz zu sichern. Willfried hat in diesem Jahr noch Großes vor - wartet die nächste *Sportissimo*-Ausgabe ab!

Mit 22 Teilnehmern war unser Verein beim **Weinturmlauf** in Bad Windsheim vertreten. Sieben Läufer konnten sich einen Podestplatz sichern. ***Amélie Dahl*** war die einzige Erstplatzierte und ***Gerd Meyer*** lief hier seinen ersten 10km-Lauf für den TSV Ipsheim. In der Mannschaftswertung erreichten unsere 10km-Läufer Platz fünf. ***Adrian Summ*** verbesserte dabei seine persönliche Bestzeit um 20 Sekunden auf 41:50 min.

Beim **Burgbernheimer Berglauf** nahmen 19 Teilnehmer des TSV Ipsheim teil. Sie konnten sich hierbei über zehn Podestplätze freuen. Vier Läufer standen ganz oben: ***Ute Salomon*** konnte ihren Vorjahressieg erfolgreich verteidigen und im ersten Schülerlauf über 1,7 km war ***Janosch Bimüller*** der schnellste Ipsheimer und gewann damit auch in der M8. Beim zweiten Schülerlauf gewann ***Leon Khavvam*** souverän in der M12. Ein klarer Sieg gelang ***Julian Hack***. Er wurde Gesamtsieger im zweiten Schülerlauf und somit auch erster in der M15.

In **Hohenstadt** fand im April die **mittelfränkische Bezirksmeisterschaft** im Straßenlauf statt. Der Veranstalter bedauerte die geringe Teilnehmerzahl von 65 Läufern, machte hierfür aber eine vom Verband geschuldete Terminkollision mit dem Fürthlauf verantwortlich. Vom TSV reisten ***Thomas und Janosch***

Daniela Vogl und Amélie Dahl

unsere „Bergsteiger“ beim Berglauf in Burgbernheim

Sina Krebelder

Bimüller in die Fränkische Alb und erreichten hierbei die ersten Plätze in ihren Altersklassen.

Den nächsten Erstplatzierten für den TSV Ipsheim gab es beim 15. **Zwickellauf** von Neustadt/Aisch nach Münchsteinach: ***Nico Gröger*** lief die 11 km in 42:44 min. ***Willfried Röthlingshöfer*** wurde Dritter.

Zum dritten Mal fand im Mai der Dettendorfer **Sandgrubencrosslauf** statt. Es handelt sich hierbei um einen Spendenlauf ohne Zeitnahme. Für den TSV Ipsheim war ***Willfried Röthlingshöfer*** am Start.

So eisig dieser Rückblick begann, so heiß endet er mit dem 17. **Gollhöfer Straßenlauf** Anfang Juni. Von den 264 Läuferinnen und Läufern gingen acht Ipsheimer an den Start. Der 10jährige ***Luis Lechner*** hatte hierbei sein Laufdebüt für den TSV Ipsheim und ***Daniela Vogl*** durfte als einzige Schülerin den ersten Podestplatz besteigen und ihren ersten Sieg feiern. Beim Hobbylauf über 5000 m siegte ***Hans-Peter Nohner*** in seiner Altersklasse und belegte einen respektablen vierten Platz im Gesamtlauf. Unsere übrigen Läufer durften sich die Plätze 2-4 teilen.

Thomas Bimüller

Korbinian Berr

Orientierungslauf

Beim diesjährigen Trainingslager im April wurde erstmals Orientierungslauf (OL) als eigene Station ins Trainingsprogramm mit aufgenommen. Seitdem stößt diese Laufdisziplin auf großes Interesse.

So luden unsere beiden Trainer ***Gabriela Bimüller und Michael Bially*** mehrfach zu verschiedenen Trainingsläufen in der Region, die bei unseren Mitgliedern so großen Zuspruch fanden, dass unser Verein zuletzt bei den mittelfränkischen Trainingsläufen in Hiltpoltstein und in Neuhaus/Adelsdorf die meisten Teilnehmer stellen konnte!

Berlin-Berlin, ich fahre nach Berlin!
Nationale Meisterschaften sind ein Highlight für jeden Sportler, noch dazu, wenn sie in unser Hauptstadt Berlin stattfinden. Laufen im Angesicht des Zentrums der Macht! Knapp 1000 Läufer - darunter unser ***Michael Bially*** - wollten das erleben und kamen zu den **deutschen Orientierungslauf- Meisterschaften** im Sprint.
Herausragend an dieser Meisterschaft war das Wettkampfgelände, der Berliner Große Tiergarten (mit 210 Hektar die zweitgrößte Berliner Parkfläche). Der Start befand sich direkt neben dem historischen Brandenburger Tor. Und der erste Posten? - schwer zu finden! So schwer, dass ***Michael*** nach dem dritten falsch angelaufenen Posten zurück zum Start musste und mit der Suche von vorne begann. Solch ein Zeitverlust ist bei einem Sprintwettkampf kaum mehr aufzuholen! Michael gab jedoch alles und konnte sich noch auf Platz 24 herankämpfen.
Besser lief es für ihn am nächsten Tag beim ***Ranglistenwettkampf.*** Dieser fand etwa 30km außerhalb von Berlin statt. Michael fand auf Anhieb alle Posten und landete auf Platz 27.
Rückblickend war es für ihn ein erlebnisreiches Wochenende, mitten in Berlin laufen zu dürfen, das ihm sicher noch lange in Erinnerung bleiben wird!
Beim Nikolaus-OL in Bamberg und beim Trainingslauf in Bamberg erreichte Michael jeweils den dritten Platz.
Alle Einzelergebnisse dieser Wettkämpfe können in gewohnter Weise am Ende dieser Ausgabe nachgelesen werden!

Thomas Bimüller

Seit dem Trainingslager begeisterte OLer: Jule Dingfelder und Franziska Ebert

Deutsche Meisterschaften im Sprint-Orientierungslauf 2013 in Berlin

Trainingslager

Schon zur Tradition im Sportjahr des TSV gehört seit Jahrzehnten das Spiele- und Trainingslager.

Während wir beim ersten Trainingslager 1987 in Burghaslach die Nächte noch im Zelt verbrachten, wechselten wir 1989 nach der Fertigstellung des Jugendübernachtungshauses nach Markt Bibart. Zum Trainieren mussten wir jedoch immer nach Scheinfeld fahren. Seit 2001 quartieren wir uns nun im Blockschulheim der Berufsschule in Neustadt a. d. Aisch ein. Der große Vorteil des Standortes ist natürlich die Nähe zum Sportgelände, die gut ausgestatteten Hallen am Schulzentrum und nicht zuletzt gleich nebenan das Hallenbad.
Sehr erfreulich ist auch, dass die Anmeldezahlen immer noch eine steigende Tendenz aufweisen. So nutzten in diesem Jahr 62 Kinder die Gelegenheit, mit viel Sport, Spiel und Spaß ein paar Tage der Osterferien zu verbringen. Natürlich stehen die leichtathletischen Disziplinen an erster Stelle auf dem Trainingsprogramm. Vor allem in spielerischer Form werden mit den Kindern die Ausdauer, Technik und Koordination trainiert. Neu auf dem „Stundenplan" war in diesem Jahr der Orientierungslauf – hier ist nicht nur Laufvermögen, sondern auch das Köpfchen gefragt! Der Samstag stand zum Abschluss wieder ganz im Zeichen des Staffeltrainings.

Natürlich darf am Abend die beliebte Nachtwanderung – vorbei am Spielplatz – zur Eisdiele nicht fehlen. Obwohl die Temperaturen ja die ganze Zeit zu wünschen übrig ließen – ein Eis geht trotzdem! In der großen Gruppe reicht auch ein ganz normales Hallenbad, um sehr viel Spaß im Wasser zu haben. Wer nach alle dem noch nicht genug hatte, konnte sich am Abend nochmal in der Sporthalle bei Ballspielen austoben. Im Übernachtungsheim sorgen Kicker, Tischtennisplatten und Billardtisch dafür, dass keine Langeweile aufkommt. Kleine Spiele und Cocktails mixen standen ebenfalls auf dem Unterhaltungsprogramm. Am Ende durfte jeder ein Erinnerungsfoto mit nach Hause nehmen.
Drei Tage lang für 62 Kinder die Verantwortung zu übernehmen, das Programm zu gestalten und die volle Verpflegung zu stemmen, schafft man nur mit einem großartigen Team. Zwölf Betreuer und Übungsleiter, zwei Köche und ein Grillmeister haben sich die Zeit genommen, um den Kindern eine schöne Zeit in der Sportgemeinschaft zu bieten. Vielen Dank auch den Spendern von Kuchen, Marmelade, Obst und Wurst!

Silvia Ripka

Siebenkampf

Über 80 Kinder im Alter von drei bis zwölf Jahren waren unserer Einladung zum Siebenkampf gefolgt. Der Siebenkampf ist seit vielen Jahren eine feste Größe im Terminkalender des TSV und wurde von über 20 Kampfrichtern zügig durchgeführt.

Wie im Vorfeld angekündigt, zählte hier vor allem das Mitmachen. Aus acht Disziplinen konnten die Kinder sieben auswählen. Es waren hier nicht nur die klassischen Leichtathletik-Disziplinen, die angeboten wurden. So gab es neben dem obligatorischen Weit- und Hochsprung Disziplinen wie Medizinballstoßen, Sackhüpfen, Hindernislauf sowie einen Biathlon. Großen Anklang fand auch der Gummistiefelweitwurf.

Zum Abschluss gab es noch Eis mit leckerem Obstsalat und alle konnten ihre Urkunden mit ihren Leistungen mit nach Hause nehmen.

Übrigens: Wussten Sie, dass es im Gummistiefelweitwurf auch Weltmeisterschaften gibt? Die Ursprünge des Gummistiefelweitwurfs führen nach Finnland, wo Seeleute Ende des 19. Jahrhunderts dieses Spiel ersannen. Seit 1975 wird es als Mannschaftssport ausgetragen. Auch beim Sackhüpfen gibt es Weltmeisterschaften. 1904 wurde sogar bei den Olympischen Spielen in St. Louis (USA) neben anderer kurioser Sportarten wie Tonnenspringen und Weitspucken, Sackhüpfen durchgeführt.

Michael Bially

Nordic-Walking-Tag

Für das richtige Aufwärmen sorgte der TSV Ipsheim

Der 9. Nordic Walking Tag wurde in diesem Jahr zwei Wochen später als 2012 organisiert in der Hoffnung, dass das Regenwetter vom Vorjahr ausbleibt. Leider machten die Wettervorhersagen am Samstag keine große Hoffnung – es war Dauerregen für Sonntag in Ipsheim angesagt.

Wegen der überregionalen Werbung, die von den verlässlichen Partnern AOK und VGN ausgeht, käme jedoch eine Absage nicht in Frage. So hofften wir, dass wenigstens ein paar Walkingfreunde den Weg zu uns finden würden.

Aber was nützen all die Prognosen, wenn diese gar nicht zutreffen. Es waren ganz angenehme Temperaturen – und zumeist auch trocken - bei denen dann doch über 140 Sportlerinnen und Sportler die Ipsheimer Weinberge und den Staatswald kennen lernen durften.

Vor dem Start sorgten die TSVler für ein kleines Aufwärmprogramm. Außerdem liegt der Stockverleih in unseren Händen. Auch Einsteiger-Kurse wurden den Teilnehmern angeboten. Neben den Einzelstartern waren wieder vier Gruppen mit jeweils acht Teilnehmern dabei.

Unter all den Teilnehmern wurden wieder schöne Sachpreise und eine Fahrt nach München verlost. Eine Gruppe darf sich über eine Weinprobe bei Norbert Tyrach in Oberndorf freuen.

Nachdem der Weinbauverein wieder für die kulinarischen Genüsse im Ziel sorgte, war dieser Tag für alle Teilnehmer ein guter Tag für Körper, Geist und Seele!

Silvia Ripka

Besuch des Internationalen Deutschen Turnfestes in der Metropolregion Rhein-Neckar

Das Deutsche Turnfest in diesem Jahr war schon von Beginn an anders als andere vorher, ohne dies negativ zu werten. Die Organisatoren wählten drei Städte – Mannheim, Ludwigshafen und Heidelberg.

Ob es am Ziel lag, oder die Kinder unseres Vereins einfach keine Lust hatten, wissen wir nicht. Auf jeden Fall hatten wir nur eine Anmeldung aus dem Kinderbereich. Doch alleine macht es für ein Kind auch keinen Spaß. So begaben wir uns mit einer kleinen Gruppe Erwachsener in Etappen auf die Reise in die Metropolregion Rhein-Neckar.

Die Eröffnungsfeier stimmte uns gut auf die Tage ein. Viel Interessantes konnten wir in den Messehallen am Tag darauf finden.

Die Lehrgänge, die wir im Vorfeld gebucht hatten, erwiesen sich als goldrichtig. Eindrücke neuer Sportarten waren genauso interessant, wie Erfahrungen in Yoga, Vereins-Controlling, Tanz oder Pilates.

Auch als Kampfrichter und im Wettkampf war der TSV im Einsatz.

2017 wird unsere Hauptstadt Berlin zum fünften Mal wieder Gastgeber des Internationalen Deutschen Turnfestes sein. Mit Sicherheit sind wir auch dort wieder dabei. Vorher findet 2015 in Burghausen das Bayerische Landesturnfest statt.

Ernst Ripka

Viel auszuprobieren gab es auf der Sportfestmesse

Diese Überschrift steht auf den Urkunden, die die Finisher beim 4. Braveheart Battle 2013 erhalten haben.

Normalerweise ist für solche Extremsportarten unser Aktiver Willfried Röthlingshöfer zuständig. Wer sonst als er, könnte an dieser ganz, ganz außergewöhnlichen Veranstaltung teilgenommen haben?

Es gibt sie noch, die auch nach unzähligen Siegen bei diversen Sportfesten noch nach neuen Herausforderungen suchen. Sabine Eber und Nico Gröger sind solche.

Um zu verstehen was Braveheart Battle überhaupt ist, musste ich mich auch erst mal schlau machen.

Eine Nachfrage beim 1. Vorstand Jochen Prinzkosky brachte erste Erkenntnisse.

Um Licht ins Dunkel über diese gnadenlose Sportveranstaltung (ist sie überhaupt noch eine?) zu bringen, habe ich nachstehend einen Ausschnitt angefügt, den ich zufälligerweise in der Zeitung gelesen habe. Beim Lesen dachte ich aber nicht daran, dass mit Sabine Eber und Nico Gröger auch TSV-Aktive dabei waren. Dies erfuhr ich erst später als mir eine Urkunde überreicht wurde.

Welche Ausnahmekönner Sabine und Nico sind zeigt die Tatsache, dass Sabine bei den Frauen den 12. Platz belegte - 3:36:29 Std war ihre Gesamtzeit.

Nico erreichte bei knapp 2600 Finishern (die ins Ziel gekommen sind) den 267. Rang. Seine Endzeit betrug 3:25,18 Std. Für mich unfassbar!

Auch der Vater unserer beiden Nachwuchssportler Luana und Leandro Spanu, Francesco Spanu, war beim Breavehard Battle dabei. Er wurde mit 3:05:47 Std. insgesamt 132.

Am 27. März 2013 stand nebenstehender Artikel in der Windsheimer Zeitung. Die Verfasserin des Artikels, Katrin Müller (WZ) berichtete von einer ganz, ganz außergewöhnlichen Veranstaltung an der einige Bad Windsheimer teilnahmen.

Horst Prinzkosky
Ehrenvorstand

PS: Bereits jetzt ist der Braveheart Battle, der am 08.03.2014 stattfindet, ausgebucht! Wer also noch mitmachen möchte, muss sich bis 2015 gedulden und dann bei der Anmeldung schnell sein!

Über den Todeshügel durch Loch Ness

Bad Windsheimer gehen beim Braveheart-Battle an ihre Grenzen – Bei zehn Grad durchs eiskalte Wasser

MÜNNERSTADT – 50 Hindernisse, verteilt über eine Strecke von 26 Kilometern, eiskaltes Wasser, Schlammlöcher, Stromschläge und am Ende der „Todeshügel". Andrè Allraun und Johann Pörtlein aus Bad Windsheim stellten sich gemeinsam mit Michael Kilian aus Unterfranken der Läuferhölle Braveheart-Battle in Münnerstadt.

22 Knochenbrüche und zahlreiche Athleten mit Unterkühlungen sind die Bilanz des diesjährigen Laufes. Nach 5:46 Stunden erreichten Allraun, Pörtlein und Kilian mit Birgit Lother und Alfred Grein, zwei weiteren Läufern, die sich ihrer Gruppe angeschlossen hatten, das Ziel – unverletzt. Bei rund 10 Grad hatten sie den Kampf aufgenommen mit dem Vorhaben „Durchhalten und gemeinsam im Ziel ankommen", so Pörtlein.

Besonders ist, dass Michael Kilian eine Unterschenkel-Prothese am rechten Bein trägt. Johann Pörtlein arbeitet im Bad Windsheimer Sanitätshaus Rose und betreut den 42-Jährigen seit rund zehn Jahren. Als Begleitung war Pörtlein schon im vergangenen Jahr beim Braveheart dabei, lief aber nicht mit. Die Aussage von Kilian, er sei zu alt, um mitlaufen zu können, habe ihn angespornt. Drei Monate hat sich der 47-Jährige mit Lauftraining vorbereitet. Sein Kollege André Allraun hat „nur ein bisschen Fußball gespielt, um Fit für den Höllenlauf zu sein.

50 Hindernisse von leicht bis extrem schwierig galt es zu überwinden. 15 davon hatten mit Wasser zu tun. Das schlimmste Hindernis, sind sich Allraun und Pörtlein einig, war Loch Ness. 150 Meter schwimmen, durch eiskaltes Wasser. „Das ist sehr kräftezehrend mit Kleidung. Einige Läufer mussten von der Wasserwacht herausgezogen werden", sagt Pörtlein.

Im Wasser mussten die rund 2621 Teilnehmer zusätzliche Hindernisse überwinden. Rote Kajaks versperrten den Weg. Drüber klettern oder untertauchen waren die Möglichkeiten. Allraun und Pörtlein kletterten darüber. Kilian untertauchte nur das erste, bei den nächsten entschied er sich ebenfalls für klettern. Das Wasser sei sehr trüb und schlammig gewesen, erinnert sich Pörtlein.

Kaum aus dem Wasser ging es über Autos, Reifen und Heuballen. „Wir haben ausgesehen wie geteert und gefedert", sagt Pörtlein. Aber auch Kriechhindernisse waren aufgestellt. Die Läufer mussten auf dem Boden durch den Schlamm robben und dabei aufpassen, dass sie das Hindernis über sich nicht berührten – sonst gab es einen Stromschlag. Ausprobiert hat die Wirkung des Elektrozauns nur der 21-jährige Allraun.

Am Rand standen teils Aufseher die darauf achteten, dass die Läufer die Hindernisse nicht einfach umgehen. Zusätzlich registrierten Chips im Schuh ausgewählte Hindernisse, sie waren zudem für die Zeitmessung zuständig. Im Ziel kamen 2559 Teilnehmer an. Der Schnellste überlief die Linie nach rund 2:18 Stunden, die letzten brauchten mehr als sechs Stunden.

„Als mir meine Frau eine Flasche Wasser über den Kopf gegossen hat, war das angenehm warm", sagt Pörtlein. Das Wasser hatte aber, wie die Außentemperatur, nur rund zehn Grad. Dass der Lauf auch seine Schattenseiten hat, zeigen nicht nur die rund 55 Verletzten, die versorgt werden mussten. Ein 36 Jahre alter Mann, musste von Notärzten wiederbelebt werden, nachdem er auf der Strecke zusammengebrochen war.

Windsheimer Zeitung

Termine 2. Halbjahr 2013

07.07.	Kinderleichtathletik und Kreismeisterschaft Einzel	Burghaslach
25.07.-28.07.	**Sportwochenende** Seite 20	**Ipsheim**
31.07.	Leichtathletik-Meeting	Höchstadt/Aisch
25.08.	**Beachvolleyball-Turnier Seite unten**	**Ipsheim**
06.09.	**Weinberglauf** Seite 21	**Ipsheim**
21.09.	Kreismeisterschaft Langstrecke	Emskirchen
28.09.	Seelauf	Obernzenn
28.09.	Karpfen-Orientierungslauf	Röttenbach
06.10.	Schülerkreisvergleich	
19.10.	Fackellauf	Burghaslach
19.10.	Orientierungslauf	Höchstadt/Aisch
01.11.	Nachtlauf	Neustadt/Aisch
10.11.	Lebkuchenlauf	Kitzingen
11.11.	**Narrenwecken**	**Ipsheim**
16.11.	Kinderleichtathletik	Burgbernheim

Lauftreff - Walkingtreff

immer samstags um 17.00 Uhr
(Winterzeit 16.00 Uhr)

an der Festhalle in Ipsheim

Einsteiger sind

herzlich willkommen!

Badminton

Die Badminton-Freaks

treffen sich

monatlich sonntags
von 17:30 - 19:30 Uhr

Die monatlichen Termine werden im Internet und in der Zeitung bekanntgegeben.

Beachvolleyball-Turnier am 25.08.13

Ab 10:00 Uhr für alle, die Lust haben Volleyball zu spielen,
mind. 14 Jahre alt sind und eine Mixed-Mannschaft melden.

pro Mannschaft 4 Spieler + Ersatzspieler, mind. 1 Spieler des anderen Geschlechts !!!

Meldung bis spätestens 18.08.13 an jochen.prinzkosky@tsv-ipsheim.de.
oder Tel. 09846/977196 oder 0176/80107712

Für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt.

Zuschauer sind herzlich willkommen.

.... und ab sofort

jeden Donnerstag ab 19:30 Uhr

Volleyball oder Beachvolleyball (je nach Wetter)
für jedermann/jederfrau - egal
ob Profi oder Anfänger

Bei schlechtem Wetter bitte Hallenschuhe mitbringen.

25. - 28. Juli

Auch in diesem Jahr wollen wir unser Sportwochenende vier Tage lang feiern

Vom 25. – 28. Juli haben wir wieder viel Abwechslung im Programm.

Am Donnerstag freuen sich die **Tischtennis**spieler auf ihr Turnier. Ab 17:00 Uhr spielen die Kinder bis zum Jahrgang 1999 an den Tischen. Alle anderen treffen sich um 19:00 Uhr.

Der Freitag gehört den **Badminton**spielern. Hier beginnen die Kinder bis zum Jahrgang 1999 bereits um 16:00 Uhr, die anderen Cracks kämpfen ab 18:00 Uhr auf vier Plätzen um die Punkte.

Am Samstagmittag konzentrieren sich die Turnerinnen und vielleicht wieder ein paar Jungs bei den Übungen im **Geräteturnen**.

Der Nachmittag steht ab 16:00 Uhr ganz im Zeichen des **Orientierungslaufes.**

Daneben bieten wir mit vielen **Mitmachangeboten** Spaß und Spannung für alle.

Für den Abend haben wir uns wieder etwas Neues einfallen lassen. Die Icklemer Gaudimusikanten (Erich Messelhäuser und Heiner Täufer) spielen zur Unterhaltung. Die Beiden treffen sicher den Geschmack des Publikums. Vielen Gästen sind sie von unserer Narrensitzung bekannt. Außerdem präsentiert die STS Wachendorf das Musical „He`s A Pirat". Die 15 erwachsenen Darsteller entführen uns mit dem Stück vielleicht in die Karibik. Lassen wir uns überraschen.

Beim anschließenden **Fackellauf** geht es für manche um gute Zeiten aber vor allem um den Spaß am Laufen. Der Familienwettbewerb verspricht hierbei vielleicht die eine oder andere Überraschung.

Beim **Gottesdienst** mit Pfarrer Matthias Cunradi werden wir selbstverständlich mitwirken. Am Nachmittag steht die **Leichtathletik** im Vordergrund.

Alle Teilnehmer und Gäste erwartet ein vergnüglicher Sonntagnachmittag mit dem abschließenden **Hochsprungwettbewerb.**

Dass sich alle Teilnehmer auf Urkunde und Medaille freuen können, ist klar. Wie gewohnt, halten wir wieder viel Leckereien aus der TSV-Küche für alle bereit. Ein Besuch des Sportwochenendes lohnt sich immer.

Ernst Ripka

Auf ein Neues!

14. Ipsheimer Weinberglauf

Der dreizehnte Weinberglauf im vergangenen September hatte sich als wahrer Magnet für Läufer und Zuschauer erwiesen und konnte erstmals mit mehr als 400 Teilnehmern aufwarten. Genau 406 Läuferinnen und Läufer waren am Start. Neben einer perfekten Organisation und herrlichen, aber auch anspruchsvollen Laufstrecken hatte daran auch das schöne Spätsommerwetter seinen Anteil.

Hoffen wir, dass bei der 14. Auflage am

6. September 2013

ähnlich gute Bedingungen herrschen. Unverändert Bestand - und dies von Anfang an - hat das altgediente und bewährte Konzept mit Schüler-, Hobby- und Hauptlauf und den unterschiedlichen Streckenlängen.

Natürlich erhalten alle Starterinnen und Starter wieder ein hochwertiges Funktionsshirt.
Detaillierte Informationen sind auf der Homepage des TSV (www.tsv-ipsheim.de) nachzulesen. Ebenso sind der genaue Streckenplan, die Streckenbeschreibung sowie das Höhenprofil wie immer aus dem Flyer zum Weinberglauf oder eben auch im Internet zu erfahren.
Die jeweiligen Strecken sind ca. 6 Wochen vor dem Termin zur besseren Orientierung mit Pfeilen farblich markiert (Schülerlauf - schwarz, Hobbylauf - blau, Hauptlauf - rot), so dass ein gezieltes Training möglich ist.
Teilnehmerinnen und Teilnehmer können sich auf spannende Wettkämpfe und auf um einen perfekten Ablauf bemühte Organisatoren freuen. Schön wäre es für die Verantwortlichen des TSV, könnte man erneut die magische 400 er Grenze überschreiten.

Erhard Hertlein

Wettbewerbe

17:15 Uhr Schülerlauf I :
ca. 1200m
Schülerinnen W 6 bis W 15

17:35 Uhr Schülerlauf II:
ca. 1200m
Schüler M6 bis M15

18:00 Uhr Hobbylauf
ca. 2400 m
keine Altersklassenwertung
je eine Klasse männlich und weiblich

18:45 Hauptlauf
ca. 5800 m
Jugend U 18, U20
Männer M20 bis M75
Frauen W20 bis W75

Trainingstermine

Nicht zu vernachlässigen:
Gerade für den Weinberglauf bedarf es einer gezielten Vorbereitung. Deshalb bietet der TSV wieder unter fachkundiger Leitung Trainingstermine an:

Do., 22. August
Mo., 26. August
Do., 29. August
Mo., 2. September

jeweils um 18.30 Uhr
am Start des Weinberglaufs

Anmelden könnt ihr euch beim Weinberglauf-Training oder Online unter tsv-ipsheim.de

Wozu brauchen wir einen Medizinschrank?

Viele kleinere Unfälle passieren zu Hause oder im eigenen Garten. Ein Schnitt mit einem Messer, ein Stolpern oder ein eingeklemmter Finger. Dann sind wir froh, wenn wir ein Pflaster, ein Gel gegen die Schmerzen oder eine Kühlkompresse griffbereit haben. Typischerweise bemerken wir außerdem abends oder am Wochenende, dass der Hals kratzt oder leichtes Fieber uns frösteln lässt. Wie schön, wenn wir dann eine Lutschtablette oder ein fiebersenkendes Medikament zu Hause haben.

Wie wir sehen, ist ein Medizinschrank als erste Hilfe für uns sehr wichtig. Hier finden wir bei kleineren Verletzungen alles was wir brauchen, um uns selbst zu behandeln. Vielleicht heilt damit die Verletzung und die Beschwerden klingen ab. Wenn nicht, verschafft man sich wenigstens Linderung bis zum Arztbesuch.

Was ist als Medizinschrank geeignet? Wo ist ein passender Ort? Als Aufbewahrungsplatz für unsere Medikamente dient ein Wandschrank oder eine Schublade. Beide sollten abschließbar sein. Optimale Orte sind eine Abstellkammer, der Flur oder das Schlafzimmer. Weniger geeignet sind Bad oder Küche. Den Schlüssel aber nie zu gut verstecken!

Das Wichtigste im Medizinschrank ist die Ordnung. Es nützt uns gar nichts, wenn im Notfall die Pflasterpackung gerade leer ist, der Hustensaft unangenehm riecht oder die Augentropfen verfallen sind. Deshalb sollten wir immer leere Packungen entnehmen und durch neue ersetzen. Auf allen Packungen ist es nützlich, das Anbruchsdatum zu notieren, oder den Namen desjenigen, für den das Medikament verordnet wurde. Den Beipackzettel und den Umkarton immer bis zum Ende aufbewahren, weil dort sehr wichtige Informationen zum Arzneimittel angegeben sind. Salben, Flüssigkeiten und Säfte immer gut verschließen und evtl. nach jedem Gebrauch mit einem sauberen Tuch abwischen, damit der Verschluss nicht verklebt und wir die Packung beim nächsten Gebrauch wieder leicht öffnen können.

Mindestens einmal im Jahr nehmen wir alle Packungen aus dem Medizinschrank heraus und kontrollieren jede einzelne Packung auf Verfall und Aufbrauchfristen. Sind diese noch nicht abgelaufen, darf das Medikament wieder zurück in den Schrank. Bei fraglichen Packungen bringen wir diese einfach in unsere Apotheke, wo uns dann gerne weitergeholfen wird. Abgelaufene Medikamente bringen sie, nachdem sie den Umkarton im Altpapier entsorgt haben, am besten alle zurück in die Apotheke. Bitte keine Säfte, Tropfen oder Tabletten über die Toilette oder das Waschbecken entsorgen, damit keine stark wirkenden Substanzen in das Trinkwasser gelangen.

Was gehört in den Medizinschrank? Hier könnten wir eine sehr lange Liste an Verbandmaterial zur Akutversorgung von Wunden oder von Medikamenten aufführen. Eine ausführliche Zusammenstellung bekommen wir gerne von unserer Apothekerin oder unserem Apotheker aufgelistet. Für kleinere Wunden eignen sich Pflasterstrips in verschiedenen Größen. Um größere Wunden zu versorgen, eignen sich sterile Kompressen, Mullbinden und Heftpflaster zum Fixieren. Verbandpäckchen für Brandwunden, Verbandklammern, Sicherheitsnadeln, ein Dreiecktuch und eine Verbandschere gehören zur Grundausstattung. Bei Überlastung eines Gelenks nach einer Sportverletzung ist eine elastische Binde hilfreich. Ein Blasenpflaster, eine Pinzette zum Entfernen von Splittern oder eine zum Zecken herausziehen ist sehr von Nutzen. Eine Kühlkompresse, am besten in zwei verschiedenen Größen, ist für akute Schwellungen unbedingt zu empfehlen. Diese werden im Gefrierfach gelagert.

Welche Arzneimittel gehören nun in den Medizinschrank? Ganz oben auf der Liste der Leiden, gegen die wir Medikamente zu Hause haben sollten, stehen Erkältung, Husten, Halsschmerzen und Schnupfen. Fieber und Schmerzen, hier vor allem Kopfschmerzen, folgen unmittelbar dahinter.

Welche Arzneimittel am besten helfen, erklärt uns gerne in einem persönlichen Gespräch unsere Apothekerin oder unser Apotheker.

Gegen Beschwerden im Magen- und Darmtrakt, wie Sodbrennen, Blähungen, Verstopfung, Durchfall und Übelkeit, gibt es Medikamente, mit denen sich die Beschwerden bis zum Arztbesuch lindern lassen.

Wichtig ist auch immer ein Gegenmittel bei Sonnenbrand, Insektenstichen, Juckreiz und Allergien. Typischerweise treten die Beschwerden bei Allergien und Insektenstichen plötzlich und unerwartet auf und können rasch ein großes gesundheitliches Risiko darstellen. Sollte hier die Selbstbehandlung nicht rasch zum Abklingen der Beschwerden führen, ist es unerlässlich rechtzeitig den Arzt auf zu suchen.

Die Klassiker für den Medizinschrank sind eine Wund- und Heilsalbe, ein Brandgel und ein Wunddesinfektionsmittel. Neben all diesen Medikamenten für die Akutversorgung, werden desweiteren im Arzneischrank alle Dauermedikamente aufbewahrt. Eine Wärmflasche und ein Fieberthermometer sollten auf keinen Fall fehlen.

Zusätzlich ist es sehr hilfreich, wenn wir uns einen Zettel mit den wichtigsten Telefonnummern in den Schrank legen. Diese sind die Nummern und Adressen der wichtigsten Haus- und Fachärzte, der Notfallambulanz und eines nahe gelegenen Krankenhauses, sowie der Giftnotrufzentrale. Ein aktueller Apothekennotdienstkalender sollte ebenfalls nicht fehlen. Eine aktuelle Erste-Hilfe-Anleitung kann im Notfall einen guten Dienst erweisen. Bei der Zusammenstellung dieser Informationen ist uns unsere Apotheke gerne behilflich.

Was soll auf keinen Fall mit Medikamenten gemacht werden? Restbestände von rezeptpflichtigen Medikamenten sollten nicht ohne vorherigen Arztbesuch für eine neue Behandlung verwendet werden. Dies betrifft vor allem Antibiotika. Des weiteren sollten Sie niemals vom Arzt verordnete Medikamente für andere Familienmitglieder verwenden. Die angegebene Dosierung darf nicht eigenmächtig geändert werden und selbstverständlich gebrauchen sie keine verfallenen Medikamente mehr.

Jürgen Hertlein
Storchen Apotheke Ipsheim

Quelle: ABDA, Bundesvereinigung Deutscher Apothekerverbände

Rückblick des Prinzenpaares auf die Faschingssession 2012/2013

So schnell verging die schöne Zeit und wir, euer scheidendes Prinzenpaar, Prinzessin Andrea I. und Prinz Michael der III., wollen euch nun noch einmal einen Rückblick in diese für uns wirklich einmalige, tolle und lustige närrische Zeit geben.

Schon im Oktober kam der Vorstand Jochen Prinzkosky auf uns zu und fragte, ob wir nicht Interesse daran hätten, als Prinzenpaar über Ipsheim zu regieren. Zu diesem Zeitpunkt waren wir uns aber beide einig, dass wir durch Beruf und Ausbildung lieber noch ein Jahr damit warten würden. Damit war für uns das Thema vom Tisch und wir dachten auch nicht mehr daran. Eines Abends im November, nämlich genau eine Woche vor dem 11.11., kam Jochen dann völlig verzweifelt wieder und offenbarte uns, er habe doch schon so viele gefragt und wir wären seine letzte Rettung. Naja… nach längeren Gesprächen haben wir uns dann doch dafür entschieden, die Regentschaft als Prinzenpaar der Session 2012/2013 anzutreten.

Vier Tage später war es dann schon so weit, der 11.11.2012 war gekommen und die Narrenschar stürmte das Rathaus – zu diesem Zeitpunkt noch nichts ahnend - in der Annahme dieses Jahr sei wohl kein Prinzenpaar da! Nach längerem Warten stürmten wir jedoch dazu und ließen quasi die Bombe platzen. Mit Kniefall überreichte uns der Ipsheimer Bürgermeister Frank Müller den Rathausschlüssel als Zeichen unserer Regentschaft und Startschuss der 5. Jahreszeit.

Das erste Mal ging es für uns am 6. Januar los. Da traten wir nämlich den Weg zum Faschingsgottesdienst der AlZiBib an. Dort durften wir dann auch schon mal das dortige Prinzenpaar kennen lernen.

Dann kam der Tag, dem wir schon die ganze Zeit entgegenfieberten – der TSV Ball mit unserer Inthronisation am 19. Januar. Gespannt wartete ich an diesem Tag auf meinen Prinzen und eine Abordnung vom Elferrat, die mich von Ergersheim abholten. Bei der lustigen, fröhlichen Fahrt wurden noch ein (paar) Gläschen Sekt getrunken und somit noch der letzte Funke Aufregung weggeblasen.

Um 20.11 Uhr standen wir dann mit unserer Rede parat und feierten mit Junioren- und Prinzengarde, den Tanzmariechen, der Schautanzgruppe und dem Elferrat einen schwungvollen Faschingsball. Traditionell spielten auch an diesem Abend wieder die Reuscher Musikanten und heizten uns – neben unseren eigenen Aktiven, so richtig ein!

Weiter ging es am 26. Januar zu unseren Freunden der AlZiBib nach Markt Bibart auf Prunksitzung. Dort wurde viel gelacht

und nach dem offiziellen Teil getanzt! Mit dem dortigen Prinzenpaar, Prinzessin Tanja und Prinz Norbert hatten wir an diesem Abend viel Spaß!
Eine Woche später, am 2.Februar hieß es dann „auf geht's zur Prunklosia nach Emskirchen", bei der wir mit einer Abordnung unserer Narrenschar und viel guter Laune aufschlugen.
Nach einer kurzen Nacht hieß es dann auch schon; auf geht's, die Kleinen kommen, denn am 3. Februar hatte das Warten für die kleinen Narren und Närrinnen ein Ende und der TSV und sein Prinzenpaar luden zum Kinderfasching ein. Neben allen Aktiven die sich mächtig ins Zeug legten waren wir als Prinzenpaar bei den Kleinen als Tanzpartner sehr gefragt und wir müssen sagen, so ins Schwitzen kamen wir bei keinem Auftritt! Aber wir hatten sehr viel Spaß dabei, die Kleinen lachen zu sehen! Eine Überraschung hatten wir auch noch dabei - so bekam nämlich jeder einen Krapfen von uns spendiert.
Am Abend luden wir dann zu einer Stärkung zum traditionellen „Prinzenpaar – Vesper" ein und ließen diesen Abend gemütlich ausklingen.
Am 8. Februar stand unser lang ersehntes persönliches Highlight an, nämlich die 9. Narrensitzung des TSV Ipsheim, bei der wir auch das Prinzenpaar der AlZiBib begrüßen durften. Neben Gastauftritten freuten wir uns vor allem über die grandiosen Auftritte unserer Aktiven und erlebten einen berauschenden Abend mit Oliver Tissot, Michl Müller und Marcelini mit seinem sprechenden Hund Oskar. Eine Premiere feierte Regina Huber, die verrückte Oberbayerin, die sich mit den Elferräten „näher" auseinander setzte. Im Anschluss traten die zwei „Dorftrat-

schen“ auf und auch Harry und Alexander Heindl verzauberten das Publikum. Die Kleinen mit ihrer „Miniplaybackshow“ waren an diesem Abend ganz groß und rissen das Publikum von ihren Stühlen.

Noch etwas müde ging es dann am Samstag, den 9. Februar mit einer Abordnung der Narrenschar zur Prunksitzung nach Neustadt und am nächsten Tag, den 10.Februar lud die AlZiBib zu ihrem legendären Umzug ein, bei dem wir dieses Jahr in einem Cabrio gefahren wurden und auch auf der Partymeile noch viel Spaß mit der AlZiBib hatten.

Aber auch die schönste Zeit geht irgendwann einmal vorbei und so standen wir am Rosenmontag auch schon vor unseren letzten Auftritten, nämlich der traditionellen Seniorensitzung und abends dann in der Kiliani-Klinik, bei denen wir nochmal unseren Aktiven bei ihren tollen Auftritten zuschauen konnten.

Am Dienstag, den 12. Februar hieß es dann ein letztes Mal Krone auf und Zepter ran beim Umzug in Markt Erlbach, bei dem wir nochmal ausgelassen feierten. Zum Abschluss der Session trafen wir uns alle in Reichelshofen zur Bierprobe, bei der wir nochmal über Auftritte und anderes Reden konnten und die letzten Wochen Revue passieren ließen.

Von anfänglicher Skepsis war nach diesen Auftritten nichts mehr zu merken und wir sind froh diese tolle und unvergessliche Zeit erlebt zu haben. Auf diesem Wege möchten wir uns nochmal ganz herzlich für das Vertrauen, das in uns gelegt wurde, bedanken. Vor allem aber bei allen Beteiligten, Helfern und den Aktiven des TSV Ipsheim. Aber auch bei unserem neuen Präsidenten Stephan Kreuzer – der wie wir, dieses Jahr Premiere feierte - und natürlich unserem Vorstand Jochen Prinzkosky, ohne euch alle wären viele Auftritte gar nicht möglich gewesen! Ein großes Dankeschön auch an unsere Eltern für die Unterstützung, Erhard Hertlein für die Hilfe und Abstimmung unserer Reden und Ernst Ripka für die tollen Fotos und Berichte.

Euer Prinzenpaar

Andrea I. und Michael III.

Im Alter beweglich bleiben

Unter dem Motto „Im Alter beweglich bleiben“ hat der TSV sein Sportangebot erweitert.
Gleich der erste 10stündige Kurs unter der Leitung von Silvia Ripka wurde sehr gut angenommen. Es treffen sich zurzeit 16 Sportlerinnen um hauptsächlich am, mit und um den Stuhl sportlich aktiv zu sein. Zudem kommen abwechselnd die unterschiedlichsten Sportgeräte zum Einsatz, um die Muskulatur zu kräftigen, und die Gelenke, Sehnen und Bänder mobil und geschmeidig zu halten.
Neben der körperlichen Fitness wird aber auch die geistige Beweglichkeit trainiert, sowie die Koordination und Balancefähigkeit geschult.
Sehr erfreulich ist die Tatsache, dass Frauen mit über 80 Jahren das erste Mal an einer Sportstunde teilnehmen bzw. sportliche Erfahrung sammeln!

Silvia Ripka

Bei entsprechender Nachfrage ist auch für den Herbst wieder ein Kurs vorgesehen. Kursbeginn ist dann Montag, der 9. September um 18.30 Uhr. TSV-Mitglieder können kostenlos teilnehmen. Ansonsten ist eine Kursgebühr in Höhe von 20,00 Euro zu zahlen.

Anmeldungen nimmt Silvia Ripka, Birkenstr. 6, 91413 Ipsheim unter der Telefonnumer 09846 691 entgegen.

Eltern-Kind-Turnen

Von den Ältesten im Verein zu den Jüngsten. Ein bis drei Jahre sind sie alt, die Mädchen und Jungen beim Eltern-Kind-Turnen. Von März bis Juni lief wieder ein 10-stündiger Kurs.
Mit interessanten Bewegungslandschaften, Geräteturnen, Bewegungsliedern und Fingerspielen erlernen und erleben die Kinder mit Hilfe der Eltern die Welt des Sports.

Der nächste Kurs beginnt voraussichtlich Ende September. Den genauen Termin gibt es rechtzeitig im Internet und in der WZ

Vorstellung der Gruppe „Fitness Für Frauen“ - FFF

„Fitness für Frauen“ nennt sich die Sportgruppe, die sich montags von 19.15 Uhr bis 20.15 Uhr zum Trainieren trifft.

Ins Leben gerufen hat diese Gruppe 1984 Lore Imhof (früher Schuster). Man wollte damals neben der bestehenden „Frauenriege“ speziell für junge Frauen eine weitere Sportstunde anbieten. 1987 übernahm Karin Übler die Regie, von 1990 bis 1995 leitete Angelika Mader die Frauen an. Ab 1995, also seit über 18 Jahren hat Silvia Ripka die Gruppe als Übungsleiterin übernommen.

Zur Zeit treffen sich im Durchschnitt 30 Frauen im Alter von 19 – 62 Jahren, um miteinander Sport zu treiben. Die Sportlerinnen kommen zwar zum Großteil aus Ipsheim und den Ortsteilen, aber auch viele Aktive aus Bad Windsheim, Dietersheim, und Neustadt a. d. Aisch sind regelmäßig dabei.

Schwerpunkt des Trainings ist die allgemeine Fitness zu stärken, zu erhalten und auch auszubauen. Dazu gehören neben dem Herz-Kreislauftraining (Ausdauertraining) vor allem die Kräftigung der Muskulatur, das trainieren der Beweglichkeit, der Balancefähigkeit und auch die Verbesserung der Koordination.

Das Training setzt sich abwechselnd aus Elementen unterschiedlicher Sport- bzw. Trendsportarten zusammen. So bestimmen unter anderem Aerobic, Pilates, Step-Aerobic, Drums-Alive, Dance-Fitness und Yoga die Stunde. Für Abwechslung sorgen auch die unterschiedlichen Sportgeräte wie Gym-Sticks, Flexibar, Pezzi-Bälle, Pilatesbälle, Hanteln und Balance-Pads.

Damit auch die Geselligkeit nicht zu kurz kommt, trifft sich die Gruppe jeweils vor der Weihnachts- bzw. Sommerpause in gemütlicher Runde. Dabei dürfen wir immer tolle mitgebrachte Leckereien genießen. Beim letzten Mal sorgte eine Weinprobe mit Paul Ruhl zudem für gute Stimmung.

Wer jetzt Lust bekommen hat, bei uns mitzumachen, dem wird die Möglichkeit geboten, entweder über eine Mitgliedschaft im Verein (48,00 Euro/Jahr) oder über eine Kurskarte (20,00 Euro für 10 Stunden) an dem Training teilzunehmen.

Silvia Ripka

Tischtennisgruppe freut sich über neue Platten

Einigen Zuwachs konnte in letzter Zeit die Tischtennisgruppe verzeichnen. Neben etlichen Jungs, die sich nach Abschluss ihrer Turnstunde am Freitag noch zum Rundlauf treffen, haben zwischenzeitlich doch einige Herren jüngeren und mittleren Alters wieder mit dem Tischtennisspielen begonnen und auch eine Dame schaut am Freitag in schöner Regelmäßigkeit vorbei.

Um für optimale Bedingungen zu sorgen, wurden nun zwei weitere hochwertige TT-Platten angeschafft. Vielen Dank an die TSV-Verantwortlichen! Diese bieten optimale Voraussetzungen für die Jagd nach dem kleinen weißen Ball und haben kürzlich erfolgreich ihre Feuertaufe bestanden.

Damit sich die Leser selbst ein Bild machen können, nachstehend eine der Platten zusammen mit den Besuchern der Übungsstunde.

Natürlich sind weitere Mitspielerinnen und Mitspieler jederzeit herzlich willkommen. Die Tischtennisgruppe trifft sich immer freitags von 18.30 bis 20.00 Uhr. Kommt doch einfach mal zum „Schnuppern“ vorbei!

Erhard Hertlein

Impressionen aus unseren Übungsstunden

Die neue Serie „Geschichten aus dem Alltag eines Sportvereins“ hat gleich bei ihrer Premiere den Geschmack unserer vielen Leser getroffen. Der erste Artikel von der TSV-Millionärin fand großen Anklang und hat mich natürlich inspiriert weitere Geschichten, die der TSV so schreibt, in Worte zu fassen und zu Papier zu bringen.

Die zweite Geschichte handelte in der *Sportissimo* 2/2012 von einer laufbesessenen Familie – die zum Aushängeschild des TSV wurde und hat wie ich im Nachhinein erfahren habe ebenfalls viele beeindruckt.

Spielte die erste Geschichte mehr auf der Funktionärsebene so habe ich mich bei meiner zweiten Geschichte auf die sportliche Seite in unserem Verein eingelassen. Die dritte Geschichte handelt nun wieder von einem Funktionär, noch dazu von einem ganz wichtigen im TSV.

Als Übungsleiterhelfer und Elferrat fing alles an

Bereits vorbelastet durch seinen Urgroßvater, Großvater und Vater trat Jochen Prinzkosky am 1.1.1980 dem Verein als Dreijähriger bei. Allerdings konnte man da noch nicht erwarten, dass er einmal den Verein als 1. Vorstand führen würde. Er durchwanderte alle Übungsgruppen, ob Kinderturnen oder Leichtathletik, er nahm an allen möglichen Turn- und Sportfesten teil, bis hin zu den Deutschen Turnfesten.

Er war in dieser Zeit sportlich recht erfolgreich. So wurde er 1998 der erste Sieger des neugeschaffenen Fackelcrosslaufes, integriert in das alljährliche Sportwochenende. Jochen wurde Ende der 80er Jahre mehrmals Kreismeister der Leichtathletik. Seine sportlichen Ambitionen sind bis heute erhalten. Er ist mit Ramona und Willfried Röthlingshöfer der „einzige“ Ipsheimer, der alle 13 Weinbergläufe bestritten hat. Hervorheben muss man dazu auch, dass er nicht nur die kurze Strecke des Hobbylaufes bestritten hat, nein er „quälte“ sich über die Langstrecke von knapp 6 km. Ein weiteres großes Hobby ist Beachvolleyball. Er war es, der den Bau einen Beachvolleyballfeldes vorantrieb. Seit seiner Fertigstellung im Jahre 2007 findet alljährlich im August ein großes Turnier statt, in dem unser Vorstand nicht nur mitspielt, sondern dieses Turnier mit seiner Mannschaft schon mehrmals gewonnen hat. Auch beim alljährlichen Badmintonturnier im Rahmen des Sportwochenendes holte er schon den Siegerpokal.

1994 fing es an

Neben den schon oben erwähnten sportlichen Betätigungen unterstützte er ab 1994 die Übungsleiterriege. Nach einem knappen Jahr als Übungsleiterhelfer wurde er ab November 1994 Übungsleiter und übernahm mit Michael Bially mehrere männl. Nachwuchsgruppen. Eine davon betreut er heute noch.

Vorstand und Jubiläum

Der 30.11.2002 ist ein weiterer Meilenstein bzw. ein markanter Punkt in der sportlichen Karriere von Jochen Prinzkosky. In der Generalversammlung 2002 stellte sich der alte Vorstand nach 26 Jahren nicht mehr zur Verfügung. Jochen wurde in der Versammlung zum neuen 1. Vorstand des TSV gewählt. Fast unbemerkt konnte er im November 2012 sein 10jähriges Vorstandsjubiläum feiern. Es zeichnet den TSV aus, dass fast alle 1. Vorstände auf lange Amtszeiten zurückblicken konnten und können und damit die Nachhaltigkeit und die Vereinskultur in unserem Verein immer gewährleistet war und ist. Nachstehend sollen die Höhepunkte in seiner bisherigen Karriere aufgezeigt werden.

Seine bisher größte Herausforderung:
Danone-Deckel-Sammelaktion

Eine einmalige Geschichte begann Ende April 2003 mit einem Artikel im Bayernsport – der Fachzeitschrift des Bayerischen Landessportverbandes. Dort wurde auf eine Aktion zwischen eben diesem und dem Joghurthersteller Danone hingewiesen. Der bayerische Verein, der bis Ende Juni die meisten Danone-Joghurtdeckel sammelt, sollte 15.000,- € gewinnen. Der Zweitplatzierte konnte noch 5.000,- € und der Drittplatzierte 1.000,- € sein Eigen nennen. Zudem gab es für die 10 Erstplatzierten einen Satz Puma-Trikots.

Unser 1. Vorstand Jochen Prinzkosky unterrichtete die Ausschussmitglieder in der 4. Ausschusssitzung am 30. April von diesem Gewinnspiel. Er forderte alle Ausschussmitglieder und Übungsleiter auf, von nun an nur noch Danone-Joghurt zu essen und deren Deckel zu sammeln und das Gleiche auch an ihre Turnstunden, Freunde und Bekannten weiterzugeben. Nicht wenige dachten, der spinnt doch.

Aber unter dem Motto „Jeder Deckel zählt“ haben im Mai alle angefangen Danone-Joghurt-Deckel zu sammeln. Anfangs mussten wir bei den Erwachsenen noch etwas Überzeugungsarbeit leisten, aber unsere TSV-Kinder waren von Anfang an voll dabei. Ihre Eltern durften

Jochen beim Weinberglauf

... bei der Scheckübergabe der Danone-Sammel-Aktion

nur noch Danone-Joghurts kaufen, Fruchtzwerge wurden in rauen Mengen verschlungen und Deckel für Deckel wurde gesammelt und beim 1. Vorstand abgegeben – die Sammel-Maschinerie lief auf Hochtouren.
Die Sammelleidenschaft wurde dabei von drei Säulen getragen. Einmal waren es unsere vielen, vor allem jungen Mitglieder, die - wie schon erwähnt - Unmengen an Joghurt verschlangen und fast täglich ihre Deckel beim 1. Vorstand oder beim Ehrenvorstand abgaben.
Die zweite Säule war Katja Nußbeck, eine alte Schulfreundin des 1. Vorstandes Jochen Prinzkosky. Der wusste, dass Katja Nußbeck bei einer Danone-Partnerfirma beschäftigt ist und vielleicht ab und zu ein paar Joghurts mitbringen könnte. Aus ein paar Joghurts wurden einige 1000, die wir über das Danone-Lager in Ochsenfurt umsonst bekamen. Stellvertretend nur ein Beispiel: für unseren Kinder-7-Kampf brachte Katja Nußbeck fast 800 Fruchtzwerge und etliche Fruchtzwerge-Drinks und Actimels mit, die wir als Wettkampfnahrung zur Verfügung stellen konnten.
Unsere dritte Säule war das Wertstoffsammelsystem im Landkreis Neustadt/Aisch-Bad Windsheim. Im Juni kam das voll zum Tragen. Angeführt von unseren Wertstoffhof-Mitarbeitern Jochen Prinzkosky, Uwe Streckfuß und Horst Prinzkosky machten wir uns 8-mal auf, die großen Aluminiumsäcke in den Wertstoffhöfen in Uffenheim, Scheinfeld oder Losaurach nach Danone-Deckeln zu durchsuchen. Keine schöne, aber eine sehr lohnenswerte Arbeit. Auch hier ein Beispiel: am 20. Juni starteten Thomas Rückert, Karin und Stefanie Kopta, Marius Zeller, Sebastian Salomon, Michael Ammon, Jochen und Horst Prinzkosky bereits um 8 Uhr nach Losaurach. Zu acht konnten sie in mehr als 6 Stunden 9 riesige Säcke nach Danone-Deckeln durchwühlen und am Ende die stolze Zahl von 2300 Deckeln mit nach Hause nehmen.
Die gesammelten Deckel wurden im Hause Prinzkosky, hauptsächlich von Monika Prinzkosky, gereinigt, gezählt und tausend-stückweise abgepackt. Am 30. Juni 2003 machte sich der 1. Vorstand Jochen Prinzkosky mit 14538 Joghurtdeckeln auf den Weg nach Karlsfeld in der Nähe von München, um die Deckel persönlich abzugeben.
Nun galt es abzuwarten.
Erst am 18. Juli, kurz vor dem Sportwochenende, hatte das Warten ein Ende. Ein Anruf von Herrn Sperber vom Bayerischen Landessportverband aus München brachte die Gewissheit: Der TSV ist das Danone-Team 2003 und hat somit 15.000,- € gewonnen.
Diese Info wurde bis zum Sportwochenende geheim gehalten. Erst bei der letzten Frage des beliebten 1,2 oder 3 Spiels wurde das Geheimnis gelüftet. Es galt zu beantworten, welchen Platz der TSV erzielte. Das richtige Ergebnis wurde dann mit dem Abbrennen dreier Vesuv-Feuerwerkskörper dargestellt. Erst als alle drei brannten, wussten die Anwesenden, dass wir, der TSV, 15.000,- € gewonnen haben. Was sich dann dem Zuschauer bot, konnte man nicht erwarten. Alle lagen sich in den Armen, strahlten über das ganze Gesicht und ließen ihrer Freude freien Lauf. Es kann gesagt werden, dass danach das Sportwochenende unter einem ganz anderen Stern stand. Über dem TSV-Sportgelände schwebte eine Wolke aus Glück, Stolz, Zufriedenheit und Zusammengehörigkeitsgefühl.
Am 5.8.2003 besuchten uns die Herren Sperber und Schildknecht um den Scheck über 15.000,- € zu überreichen. Bei einer kleinen Feierstunde, an der auch der 1. Bürgermeister Hans Herold teilnahm, stießen alle bei einem Glas Sekt, Kindersekt oder Danone-Actimel auf die gelungene Aktion an und konnten ein letztes Mal, neben einem kleinen Imbiss, Danone-Produkte zu sich nehmen.
Nachdem auch die Puma-Trikots eingetroffen waren, erklärte Jochen die Danone-Aktion als abgeschlossen.

Narrensitzung und Fasching im Allgemeinen

Nachweislich wird Fasching schon seit kurz nach dem Krieg also Anfang der 50er Jahre im TSV gefeiert. Ich übertreibe nicht, dass zumindest unsere Ipsheimer Mitglieder mit dem Fasching in Ipsheim infiziert sind oder schon mal in Berührung kamen. So war es auch bei unserem 1. Vorstand. Zuerst als Gast bei rauschenden Faschingsbällen, ehe wieder ein markanter Punkt eine Änderung brachte. Seit der Session 1996/1997 ist er als Elferrat aktiv. 2001/2002 regierte er gar als Faschingsprinz Jochen I. über die Ipsheimer Narren. Über 15 Jahre sind nun schon wieder vergangen und in all den Jahren war Jochen auch im Schautanz des Elferrates nicht wegzudenken. (Anmerkung des Artikelschreibers: Man denke nur an die Auftritte als feuriger Spanier oder den irischen Stepptanz. Bei „ab in den Süden“ oder „it‘s westerntime“ stand er genauso seinen Mann). 2004 wurde in einer Vorstandssitzung der Wunsch geäußert eine Prunksitzung abzuhalten. Bei einer Bildungsmaßnahme in Pappenheim stellten Christina Bitzinger, Manuela Eckart und Heidi Merkel eine Diskussionsgrundlage vor. Bezeichnend für den TSV war, dass man immer möglichen Neuerungen aufgeschlossen gegenüberstand und so beschloss man in Pappenheim keine Prunksitzung zu hal-

... als Trainer

... als Elferrat

ten sondern eine „Narrensitzung". Nun mussten alle Weichen gestellt werden, um der Narrensitzung Leben einzuhauchen. Man gründete einen Narrensitzungsausschuss, als Vorsitzender wurde unser 1. Vorstand bestimmt. Man holte sich Rat bei der Faschingsgesellschaft Alzibib aus Markt Bibart und selbst der damalige mittelfränkische Präsident des Fastnachtsverbandes Franken, Jörg Philipps, sagte seine Unterstützung zu. Nach wochenlangen Vorbereitungen und der einen oder anderen schlaflosen Nacht fand am 4. Februar 2005 die 1. Narrensitzung statt. Was keiner wusste, passierte kurz vor Beginn. Der absolute Supergau: Elferratspräsident Harald Eckart, die Woche über schon gesundheitlich angeschlagen, musste am Veranstaltungstag um 17 Uhr absagen. Ohne Vorbereitung übernahm unser 1. Vorstand Jochen Prinzkosky die Moderation an diesem Abend. Im Nachhinein muss man unserem Jochen ein großes Kompliment machen, er hat diese Ausnahmesituation mit Bravour gemeistert. Nicht zu Unrecht erhielt er von allen Seiten Lob und Anerkennung. Die Tatsache, dass er es gut gemacht hat, brachte ihm ein weiteres Amt ein. Seit dieser Zeit moderierte er gemeinsam mit den jeweiligen Elferratspräsidenten nun schon zum neunten Mal die Narrensitzung. Dass ein Vorstand immer viele Gruppen unter einen Hut bringen muss, ist selbstverständlich. Selbst eine Kleideränderung, ob Garde oder Tanzmariechen ist „Chefsache". Auch die Suche nach geeigneten Prinzenpaaren fällt in sein Metier, eine schöne, aber auch zeitaufwendige Aufgabe (2013). Dass nach zahlreichen Auftritten und Veranstaltungen auch Kritik ertragen werden muss, ist dem 1. Vorstand klar. Zum Glück überwiegt wie immer bei solchen Fällen bei weitem die Freude, Dankbarkeit und Zufriedenheit über das Geleistete.

Weitere Herausforderungen

Seit in Ipsheim der Fränkische Nordic Walking-Tag veranstaltet wird, ist unser 1. Vorstand alljährlich in die Vorbereitung, Organisation und Durchführung dieses Events involviert. Der Nordic Walking-Tag, veranstaltet von Gemeinde, Weinbauverein, VAG, Synergy-Sports und TSV wurde heuer am 2. Juni zum neunten Mal in der Marktgemeinde durchgeführt. Der TSV bietet hier Schnupperkurse für Einsteiger an, ist für die Anmeldung, Aufwärmung und den Stockverleih an die Walker verantwortlich.

100 Jahre TSV

Man sollte mit Superlativen immer vorsichtig sein, aber was die Frauen und Männer unter Federführung von Jochen Prinzkosky im Jubiläumsjahr auf die Beine stellten, sucht doch weit und breit seinesgleichen. Unzählige Veranstaltungen über das ganze Jahr verteilt standen im Zeichen des großen TSV-Jubiläums. Will man einzelne Ereignisse hervorheben, ist sicherlich die Jubiläumsgala mit Moderator Jochen Prinzkosky an die erste Stelle zu setzen. Die Ausstellung 100 Jahre TSV fand ebenfalls ungeahnten Zuspruch.

Baumaßnahmen

In die Vorstandsperiode unseres aktuellen 1. Vorstandes fällt, neben vielem anderen, die Planung und Durchführung etlicher Baumaßnahmen.
2004 erhielt das Gerätehaus ein Vordach. Nur wenige Monate später wurde das Gerätehaus 2 errichtet. 2006/2007 folgte der Bau des Beachvolleyballplatzes. Weiter folgten notwendige und kostenintensive Reparaturen am Sportgelände und die teilweise Erneuerung der Zaunanlage. In jüngerer Zeit folgte der Einbau von Fahnenmasten. Platzpflege durch eine Fremdfirma hat fast alljährlich oberste Priorität. Für all diese Maßnahmen wurde viel Geld in die Hand genommen.

Weitere Höhepunkte in den letzten 10 Jahren

Alle Veranstaltungen, Termine, Höhepunkte kann man hier gar nicht aufzählen. Einige wenige möchte ich doch nennen, die ohne unseren 1. Vorstand gar nicht hätten stattfinden können: Spendenaktionen für Hochwasseropfer in Niederstriegis oder SOS-Kinderdörfer, Sportwochenende, Weinberglauf, Meisterschaften auf Bezirks- und Kreisebene, Bildungsmaßnahmen, Besuche und Gegenbesuche unserer Freunde aus Erla/Crandorf, Eislaufdisco in Höchstadt, Sports & Partynight, Besuche unserer Jubilare, TSV-Sternstunden und, und, und. Man könnte noch Seiten vollschreiben was sich alles getan hat. Vielen von Euch/Ihnen ist ja das Meiste bekannt.

Facebook

1. Vorstand Jochen Prinzkosky hat mit einem Team an Mitarbeitern das neueste Kind im TSV verwirklicht. Jetzt findet man den TSV auch bei Facebook. Hier werden Nachrichten speziell für unsere jungen und jüngeren Mitglieder eingestellt und mit ihnen kommuniziert.

Mitgliederentwicklung

Jochen Prinzkosky kann in seiner nunmehr über 10jährigen Periode als 1. Vorstand ein weiteres sehr positives Zeichen bei der Mitgliederentwicklung verzeichnen. Sind in anderen Vereinen die Mitgliederzahlen seit Jahren schon rückläufig so kann Jochen alljährlich neue Rekordzahlen vermelden. Seit der Übernahme im November 2002 hat sich der Verein auf die rekordverdächtige Zahl von 762 Vereinsmitgliedern entwickelt.

... als Arbeiter am Beachvolleyballplatz

... als Gewinner des ersten Beach-Volleyball-Turniers mit seinem Team Hellas

Neue Mitglieder konnten in dieser Zeit 103 gezählt werden, was etwa 16 % entspricht. Rechnet man die rund 420 An- und Abmeldungen hinzu, kann man feststellen, dass sich der Verein zu rund zwei Drittel erneuert hat. Das ist sicherlich dem vielfältigen Angebot im TSV zu verdanken.

Vorsitz in den verschiedenen Ausschüssen

Dass ein so großer Verein nicht nur mit Sitzungen einmal im Monat auf Kurs gehalten werden kann, können sie nachstehend nachlesen.

Durch die Übernahme des Vorstandsamtes 2002 wurde Jochen auch Vorsitzender des gewichtigen Ehrenausschusses. Dieser trifft sich meist einmal im Jahr, um anstehende Ehrungen zu besprechen und vorzubereiten.

2004 wurde ein weiterer Ausschuss bzw. Arbeitskreis gebildet. Die Redaktion der neuen Vereinszeitung „Sportissimo" wurde aus der Taufe gehoben. Für unseren Vorstand gilt es das Vorwort zu schreiben und über besondere Aktivitäten die Mitglieder zu informieren. Es gibt keine Ausgabe ohne einen oder mehrere Berichte unseres Vorstandes.

Den größten Aufwand verbraucht der Narrensitzungsausschuss, dem er als Vorsitzender vorsteht. Die Arbeit ist bereits an anderer Stelle des Berichtes schon beschrieben.

Ein weiterer gewichtiger Ausschuss ist der Bauausschuss; zahlreiche Baumaßnahmen der letzten Jahre zeugen von intensiver Arbeit dieses Ausschusses.

... als Moderator der 100-Jahr-Gala

Nun auch auf Kreis- und Bezirksebene

Die vielfältigen Erfolge unseres TSV und im Besonderen mit unserem 1. Vorstand Jochen Prinzkosky an der Spitze weckten auch bei den überörtlichen Verbänden Begehrlichkeiten. Sowohl der Bayerische Leichtathletikverband Kreis Neustadt/Aisch, der Turngau Ansbach 2 und nicht zuletzt der Kreis- und der Bezirksverband des Bayerischen Landessportverbands, alle wollten und wollen die Mitarbeit unseres 1. Vorstandes in ihren Gremien.

Seit 2004 bekleidet Jochen Prinzkosky im Leichtathletikverband Kreis Neustadt/Aisch das Amt des Schriftführers, das er bis heute innehat.

Am 12.5.2010 kam ein weiteres wichtiges Amt hinzu. Der Turngau Ansbach 2 wählte ihn anlässlich seines Gauturntages in Windsbach zum Kassenprüfer. Auch dieses Amt hat er ebenfalls bis heute inne.

2012 konnte er das Werben der BLSV-Kreisvorsitzenden Hildegard Schlez noch abwehren. Doch beim Bezirkstag des Bayerischen Landessportverbandes in Roth wurde er erneut mit einem Posten konfrontiert, auch hier stand das „nein" noch an vorderster Stelle.

Ein weiteres Telefonat von Bezirksvorsitzenden Jörg Ammon, seines Zeichens Wirtschaftsprüfer in Nürnberg und Vizepräsident des BLSV, brachte dann doch die Einsicht, sich im Verband zu engagieren. Jochen Prinzkosky wurde nun zum Beisitzer für den Bereich „Kleinvereine und Vereine aus dem ländlichen Raum" in die 14köpfige Bezirksvorstandschaft berufen. Neben Jochen gehören auch so klangvolle Namen wie Silke Otto, ihres Zeichens Olympiasiegerin im Rennrodeln, dem Gremium an.

Ehrungen

Dass bei einer so langen ehrenamtlichen Tätigkeit Ehrungen nicht ausbleiben dürfen, ist wohl allen Lesern klar.

So begann der Ehrungsreigen bereits 1999 mit dem Ehrenzeichen der Bayerischen Sportjugend für 5-jährige ununterbrochene Übungsleitertätigkeit. Dieser Ehrung folgte 2004 die Ehrung „Silber mit Gold für 10 Jahre" und an der Sportgala 2010 die Ehrung „BSJ-Gold für 15-jährige ununterbrochene Übungsleitertätigkeit".

Der Bayerische Leichtathletikverband ehrte Jochen Prinzkosky 2007 mit der Ehrennadel des BLV in Silber.

Der Bayerische Landessportverband (Dachverband für alle Fachverbände) reihte sich 2008 mit der Ehrung für Verdienste im Ehrenamt mit der Ehrennadel in Bronze mit Urkunde in den Ehrungsreigen ein.

Da durfte auch der TSV nicht fehlen. Der Verein ehrte seinen 1. Vorstand mit der Ehrennadel des TSV in Silber für 25 jährige Mitgliedschaft anlässlich der Generalversammlung im November 2005.

Ehemann und Vater

Seit 2011 ist unser 1. Vorstand verheiratet und daher gilt es auch einen Dank an seine Frau Anne auszusprechen, die ihn tatkräftig unterstützt und des Öfteren alleine zu Hause sitzt wenn Jochen in Sachen TSV unterwegs ist. Seit April 2013 versüßt Tochter Helena das Warten auf den Ehemann.

Viel dazu beigetragen

Wie unser 1. Vorstand in der Festschrift zur 100 Jahrfeier in seinem Grußwort schrieb, (ich zitiere) „dass der TSV ein Ort ist, an dem sportlicher Erfolg, Spaß an der Bewegung, Geselligkeit, Gemeinschaft und ein familiäres Miteinander groß geschrieben wird", dazu hat sicherlich unser Vorstand einen großen Teil beigetragen. Man kann mit Fug und Recht behaupten, dass ein Vorstandsamt in unserem relativ großen Verein fast täglich Handlungen braucht, um den Verein auf Kurs zu halten oder in die richtigen Bahnen zu lenken.

Dass der Verein Lob von allen Seiten immer wieder zu hören bekommt, ist nichts Neues, löst aber oft bei vielen anderen Neid und Missgunst aus, wie man in der Vergangenheit doch einige Male spüren konnte. Verstehen kann man das allerdings nicht, denn oberstes Gebot im TSV ist, sich „ehrenamtlich" in der Hauptsache für die „Ipsheimer" einzusetzen. Ein Phänomen kann man allerdings erfreulicherweise feststellen. Sobald die Sporttreibenden nicht aus Ipsheim kommen, sind sie des Lobes über den TSV voll. Der Zulauf von auswärts ist phänomenal. Eins muss hier festgestellt werden, alle Verantwortlichen an welcher Stelle auch immer, Übungsleiter, Helfer, usw. machen es ja nicht für sich selbst, sondern stellen sich in den Dienst unserer Mitglieder und dafür sollte man dankbar sein.

Wie bei meinen ersten Geschichten möchte ich auch den dritten Artikel schließen.

Eine kleine Bitte hätten wir noch: mach weiter so!

Horst Prinzkosky
Ehrenvorstand

Gehirnjogging - Ein Abend beim Italiener...

Die Freunde Fabian, Jennifer, Lina, Melissa und Niels-Kevin haben den gestrigen Tag in ihrem Lieblingsrestaurant mit ihrem Lieblingsessen ausklingen lassen. Die Freunde sind allesamt Sportler und haben an diesem Tag an den Ipsheimer Meisterschaften im Weitsprung teilgenommen. Mit unterschiedlichem Erfolg, wie sich herausgestellt hat...

	Becker	Bergmann	Engel	Horn	Koch	6,20 m	5,00 m	4,50 m	3,50 m	2,50 m	Bier	Caipi	Cola	Hefeweizen	Wasser	Mozzarella-Sticks	Lasagne	Pizza	Salat	Spaghetti
Fabian																				
Jennifer																				
Lina																				
Melissa																				
Niels-Kevin																				
Mozzarella-Sticks																				
Lasagne																				
Pizza																				
Salat																				
Spaghetti																				
Bier																				
Caipi																				
Cola																				
Hefeweizen																				
Wasser																				
6,20 m																				
5,00 m																				
4,50 m																				
3,50 m																				
2,50 m																				

Wer ist wie weit bei den Ipsheimer Meisterschaften im Weitsprung gesprungen?

Was haben die Freunde an diesem Abend gegessen und getrunken?

Und wie heißen sie eigentlich mit vollem Namen?

Die Auflösung gibt es in der nächsten *Sportissimo*

Lösungshinweise:

Melissa hat sich bereit erklärt, für die anderen den Fahrer zu spielen. Sie trinkt daher ein alkoholfreies Getränk.

Fabian, der nicht Becker heißt, hat sich schon den ganzen Tag auf ein kühles Hefeweizen gefreut. Sein Essen beginnt nicht mit dem Buchstaben S.

Die Studentin, die 2,50 m weit gesprungen ist, trinkt heute ein Bier. Dazu gibt es eine leckere Thunfisch-Pizza.

Lina, deren Nachname mit einem B beginnt, ist weiter gesprungen als Herr Horn.

Niels-Kevin hat mit zwei seiner Freunden trainiert: einem Sportler/in namens Horn und der Person, die jetzt Wasser trinkt. Er hat viel trainiert und war daher enttäuscht, dass er nur 3,50 m weit gesprungen ist. Seine Trainingspartner/innen waren nämlich besser als er.

Der/Die Sportler/in, der/die die am weitesten gesprungen ist, trinkt einen Caipi (Hinweis für unsere Kids: Ein Caipi ist ein alkoholisches Mischgetränk, ein Cocktail).

Der/Die Sportler/in namens Engel trinkt eine Cola. Dazu gibt es Spaghetti. Er/Sie hat weder die beste noch die schlechteste Weite erzielt.

Zum Wasser werden - von einer Frau - Mozzarella-Sticks gegessen.

Der/Die Sportler/in namens Bergmann ist 4,50 m gesprungen. Jennifer Koch war schlechter.

Anleitung zur Lösung

Dieses Rätsel (ein sogenanntes Logical), zu lösen ist eigentlich gar nicht so schwer. Du hast ein Diagramm und mehrere Hinweise. Diese enthalten alle Informationen, um die Aufgabe zu lösen. Mache ein Plus-Zeichen (+) für jedes sichere «Ja» und ein Minus-Zeichen (-) für jedes eindeutige «Nein». Auf diese Weise ergeben sich im Diagramm neue (positive und negative) Informationen, die sich jeweils wiederum mit Plus- oder Minuszeichen markieren lassen.

Ein Beispiel

Drei Freundinnen bekommen verschieden hohe Taschengeld-Beträge. Welches Mädchen (Vor- und Nachname) erhält wie viel, und wofür wird das Geld am Liebsten ausgegeben?

Dazu die Hinweise:

1. Marion, die gerne Süssigkeiten kauft, bekommt weniger Taschengeld als das Mädchen mit dem Nachnamen Weber.
2. Susi bekommt 7 €uro in der Woche.
3. Uschi gibt ihr Geld nicht für CDs aus. Sie und das Mädchen mit Nachnamen Bauer bekommen beide pro Woche einen anderen Betrag als 6 €uro.

In Hinweis 1 steht, dass Marion gerne Süssigkeiten isst, setze also in das Feld Marion/Süssigkeiten ein «+». Marion kann nicht Weber heißen (auch Hinweis 1), mache daher ein «-» in das Feld Marion/Weber. Marion kann nicht das höchste Taschengeld bekommen. In Das Feld Marion/8 €uro kommt also ein «-». Wenn du alle Hinweise beachtest erhältst du das nebenstehende Diagramm.

Nun zu den Schlußfolgerungen: Am besten blickst du zunächst auf die beiden Felder mit einem «+»: Marion kauft Süssigkeiten, daraus ergibt sich, dass sie keine Kleider und CDs kauft (jeweils ein «-»). Ebenfalls ergibt sich, dass Susi und Uschi keine Süssigkeiten kaufen (wieder jeweils ein «-»). Folglich kann Uschi nur Kleider gerne kaufen. Susi bekommt 7 €uro; also weder 6 noch 8 €uro (ebenfalls 2x «-»). Usw.

Schließlich kommst du zum Ergebnis:

Uschi Weber - Kleider - 8 €uro
Marion Müller - Süssigkeiten - 6 €uro
Susi Bauer - CDs - 7 €uro

Die siehst also: Wenn du den Dreh erst einmal raus hast, ist es gar nicht so schwer! Viel Spaß!

	Bauer	Müller	Weber	6 €uro	7 €uro	8 €uro	Kleider	CDs	Süssigkeiten
Marion			-			-			+
Susi					+				
Uschi	-			-				-	
Kleider									
CDs									
Süssigkeiten									
6 €uro	-		-						
7 €uro									
8 €uro									

Wussten Sie, ...

Die Nummer 4
dass aufgrund seiner aktiven Tätigkeit, aber im Besonderen, für seine Arbeit als Übungsleiter, PC-Fachmann und *Sportissimo*-Chefredakteur Michael Bially als vierter TSVler nach Horst Prinzkosky, Silvia Ripka und Ernst Ripka, den Dr. Dollinger Gedächtnispreis erhielt. Dieser Preis der einmal von Dr. Dollinger gestiftet worden ist und nach seinem Tode nun vom Parlamentarischen Staatssekretär Christian Schmidt gesponsert wird ging 2013 an Michael Bially. Der Dr. Dollinger-Gedächtnispreis wird nur einmal im Jahr verliehen und ist daher besonders wertvoll.

Kaubenheim ist in
dass zum zweiten Mal der Leichtathletikkreistag des Bayerischen Leichtathletikverbandes am 8. März 2013 in Kaubenheim stattfand. Neben den üblichen Regularien wurden folgende TSV-Sportler für ihre hervorragenden Ergebnisse 2012 von Landrat Walter Schneider mit einer Ehrenurkunde ausgezeichnet: Angelika Mader, Harald Köhler, Julian Hack, Ute Salomon, Susanne Kulas, Lena Reuther, Sven Salomon, Daniel Mader, Michael Uhl und Fabian Schäfer.

Fasching ist noch nicht vorbei
dass die Schautanzgruppe des TSV an einem Turnier in Burggrafenhof teilgenommen hat. Unter 12 teilnehmenden Gruppen errang der TSV einen ausgezeichneten 4. Platz.

Leichtathletikeuropameisterschaften in Spanien
dass Harald Köhler wieder auf europäischer Ebene unterwegs war. In San Sebastian (Spanien) konnte er wieder hervorragende Ergebnisse erzielen.
Wie knapp es auch bei den Oldies zugeht, zeigt die Tatsache, dass bei der 4 x 200 m Staffel zwischen dem Sieger Italien 1:35,25 min, dem zweiten Spanien 1:35,58 min sowie dem Dritten Großbritannien 1:35,67 min und dem Vierten Deutschland, (mit unserem Athleten Harald Köhler) 1:36,05, nicht einmal eine Sekunde unterschied nach 800 m herrschte.

Wer sonst als Nico Gröger
Einer weiteren großen Herausforderung stellte sich Nico Gröger in Kreuth, Gut Matheshof.
Beim Trail-Race „Wild Forest" über 12 km startete Nico und siegte in der Zeit von 54:37,7 min in seiner Altersklasse.

354 Vereinsrekorde werden zurzeit im TSV gehalten (Stand 28.2.13)
dass die 10 erfolgreichsten Rekordhalter zur Zeit sind: Lea Dippon 23, Angelika Mader 22, Daniel Mader 21, Reiner Geißendörfer 20, Nico Gröger 18, Leon Khavvam 16, Marc Sherd 15, Harald Köhler 14, Lisa Khavvam 14, Isabelle Altenburg und Lena Reuther je 12

Übrigens: Alle Vereinsrekorde gibt es nun auch auf unserer Homepage: www.tsv-ipsheim.de -> Vereinsporträt

Burghausen
dass das nächste Bayerische Landesturnfest 2015 in Burghausen stattfindet.

Frühjahrsputz
dass 25 fleißige Helfer unser Sportgelände auf Vordermann gebracht haben

Man sieht die Sonne untergehen
und erschrickt dennoch,
wenn es dunkel wird

Hedwig Bibelriether

*03.02.1951 ✞ 06.04.2013

Mit großer Anteilnahme und tiefer Trauer, mussten wir Abschied von unserer langjährigen Turnschwester Hedwig Bibelriether nehmen. Sie verstarb nach schwerer Krankheit am 06.04.2013 im Alter von nur 62 Jahren.

Hedwig Bibelriether trat am 08.10.1996 dem TSV bei und war bis zu ihrer Krankheit jeden Montag in der Frauenriege aktiv. Für ihre über 16-jährige Treue zum Verein bedanken wir uns ganz herzlich.

Der TSV wird seinem treuen Mitglied stets ein ehrendes Andenken bewahren.

Wir gratulierten...

...zum 65. Geburtstag

Bernecker Willi	geb. am 31.01.1948
Dentel Anita	geb. am 18.02.1948
Karl Gudrun	geb. am 25.02.1948
Meyer Werner	geb. am 28.04.1948

... zum 70. Geburtstag

Ammon Hans	geb. am 25.12.1942
Eßer Ulla	geb. am 25.02.1943
Aumüller Martin	geb. am 18.03.1943
Roth Bärbel	geb. am 18.03.1943
Keller Eduard	geb. am 02.05.1943
Keller Helga	geb. am 30.05.1943

... zum 90. Geburtstag

Sehr Willi	geb. am 30.04.1923

... zur Hochzeit

Jochen Fähnlein und Doris Brummer am	18.01.2013
Christina Bitzinger und Matthias Flohr am	03.03.2013
Anja Schwenkner und Florian Schöpf am	20.05.2013

Beflockung der neuen Sportkleidung

Nachdem die große Bestellaktion von neuer Sportkleidung nun abgeschlossen ist, möchten wir die Gelegenheit bieten, die Präsentationsjacken und Kapuzenjacken mit TSV Ipsheim auf der Rückseite zu beflocken.
Alle Interessierten haben die Möglichkeit, ihre Sportkleidung am Sportwochenende abzugeben. Bitte das Etikett mit dem Namen beschriften.

Fundsachen

Die liegengebliebene Kleidung sammeln wir zentral in der TSV-Umkleidekabine in einem Korb. Am Sportwochenende legen wir dann alle Fundsachen nochmal auf. Werden sie dann von den Besitzern nicht mitgenommen, geben wir sie - damit es nicht immer mehr wird - an eine Kleidersammlung.

Unsere Bitte an Euch: Kennzeichnet Eure Trainingsanzüge und Sportkleidung in irgendeiner Form. Am Besten ist es, den Namen mit einem wasserfesten Stift auf das „Größenschild" im Kragen zu schreiben. DANKE!

Noch eine Bitte

In unserem roten Sportkoffer fehlen leider ganz viele vereinseigene Leichtathletiktrikots. Wir möchten alle ehemaligen und jetzigen Aktiven bitten, ihre Kleiderschränke zu durchsuchen, ob noch Leichtathletiktrikots mit dem Aufdruck **Heunisch Guss** auf der Brust vorhanden sind.

Uns ist klar, dass dies kein böser Wille ist, wenn man das Trikot mit nach Hause nimmt, um es zu waschen und dann vergisst, es wieder abzugeben. Legt sie einfach im Umkleideraum in den Waschkorb. **Danke!**

Willkommen im TSV

Die Mitgliederzahl im TSV wächst weiter an. Seit Dezember 2012 konnten wir 46 neue Mitglieder in der TSV-Familie begrüßen:

Jessica Nazar, Judith Navarro, Samuel Navarro Brescia, Hannes Kilian, Brigitte Kilian, Leni Geißendörfer, Sebastian Gabler, Antonia Olesch, Pauline Herzog, Tom Berger, Gabriel Richter, Lisa Gröger, Karin Kissel, Selina Steinmüller, Luca Steinmüller, Desiree Görbing, Luca Schulz, Holger Hufnagel, Johanna Hufnagel, Sarah Hufnagel, Theresa Hufnagel, Raphael Elias Kilian, Jennifer Haslbauer, Jessica Braun, Alessa Förder, Sabrina Wirth, Tanja Schmidt, Cheyenne Reuter, Matthias Stelzer, Johannes Booysen, Amelie Schmidt, Stefanie Börner, Yvonne Lindner, Arne Titze, Maria Berger, Regine Huber, Tim Schlicker, Sabine Schlicker, Hanna Goller, Sonja Hautum, Malou Hautum, Stefan Rothbauer, Uwe Bauer, Emma Eckart, Noah Piotrowiak und Helena Prinzkosky.

Somit hat der TSV aktuell 769 Mitglieder!

Wir wünschen allen neuen Mitgliedern viel Spaß und Freude im TSV.

+++ letzte Meldung +++ letzte Meldung +++

Fünf Mittelfränkische Meister

Nach Redaktionsschluss erreichte uns folgende Meldung:
Leon Khavvam holt drei Titel bei den Mittelfränkischen Meisterschaften im 75 m Lauf, 60 m Hürden und über 800 m.
Ebenfalls einen Titel holte Julian Hack im Kugelstoßen sowie eine Bronzemedaille im 800 m Lauf.
Bereits eine Woche vorher schaffte Daniel Mader den Titel im Fünfkampf.
Mehr dazu in der nächsten Ausgabe.

Sportabzeichen

Wer gerne das Sportabzeichen ablegen möchte, wendet sich bitte an Uwe Streckfuß

Mobil 0175/25 47 960 bzw.
Telefon 09846/95905 oder
uwe.streckfuss@gmx.de.

Als Termin zur Abnahme ist der 10.09.13 festgelegt.

www.deutsches-sportabzeichen.de

Helfer gesucht!

Wer gerne beim TSV als Übungsleiterhelfer im Kleinkinderbereich mithelfen möchte, ist bei uns herzlich willkommen.
Großen Wert legen wir darauf, dass im Kleinkinderbereich mindestens drei Personen in den Übungsstunden anwesend sind.

Interessierte wenden sich bitte an
Ernst Ripka
0170/90 39 480 bzw.
ernst.ripka@tsv-ipsheim.de

Der TSV im Internet:

www.tsv-ipsheim.de

und jetzt auch auf

Facebook!

Die nächste *Sportissimo*...

... erscheint voraussichtlich im Dezember 2013.

Impressum:

Herausgeber: TSV 1910 Ipsheim e.V.

Ausgabe 1/2013 - *Sportissimo* Nr. 19

Verantwortlich (V.i.S.d.P.): Jochen Prinzkosky

Redaktion: Michael Bially, Erhard Hertlein, Karin Kopta, Horst Prinzkosky, Jochen Prinzkosky, Silvia Ripka

Druck: Satzstudio Bäuml

Auflage: 450

Ergebnisse 2012/2013

Winterlaufserie (OL) am 17.11.2012 in Nittendorf
Training A - 3,0 km
24. Bially, Michael 39:10 min

Hallensportfest am 18.11.2012 in Eckental mit Kreismeisterschaften Kreis Erlangen
Kinder M 11
30 m
1. Khavvam Leon 5,17 sec
Hochsprung
1. Khavvam Leon 1,31 m
30 m Hindernislauf
1. Khavvam Leon 5,62 sec
Medizinballstoßen
1. Khavvam Leon 8,00 m

Winterlaufserie (OL) am 01.12.2012 in Burgweinting
Training A -
10. Bially, Michael 41:03 min

Nikolaus OL am 08.12.2012 in Bamberg
männl. Lang - 6,3 km
3. Bially, Michael 1:02:37 Std

Nikolauslauf am 09.12.2012 in Ochsenfurt
Schülerlauf 1,0 km
Schüler M7
4. Bimüller, Janosch 4:30 min

Silvesterlauf am 31.12.2012 in Trier
Schülerlauf 1 km
Kinder W9
4. Dahl, Amélie 4:22 min

Trainingswettkampf am 06.01.2013 in Münchsteinach
7,5 km
1. Nohner, Hans-Peter 31:55 min
7. Röthlingshöfer, W. 33:36 min

Nordbayerische Hallenmeisterschaften am 13.01.2013 in Fürth
Frauen
60 m, 2. Vorlauf
5. Mader Angelika 8,55 sec
200 m
13. Mader Angelika 28,84 sec
Weitsprung
10. Mader Angelika 4,62 m
Weibl. Jgd. U 18
60 m, 4. Vorlauf
6. Khavvam Lisa 8,94 sec
60 m Hürden, 1. Vorlauf
4. Khavvam Lisa 10,48 sec
Weitsprung
11. Khavvam Lisa 4,66 m
Männer
60 m, 4. Vorlauf
7. Köhler Harald 7,96 sec
200 m
23. Köhler Harald 25,80 sec
Weitsprung
7. Köhler Harald 5,57 m

Bezirksmeisterschaften im Crosslauf am 27.01.2013 in Zirndorf
Kinder W 8, 1000 m
1. Spanu Luana 5:57 min
Kinder W 9, 1000 m
5. Haas Viktoria 6:26 min
Kinder W 10, 1000 m
4. Dahl Amelie 5:23 min
Kinder M 8, 1000 m
4. Dahl Yannic 6:02 min
5. Bimüller Janosch 6:21 min
Männer M 45, 8000 m
7. Bimüller Thomas 52,15 min

Weinparadies-Crosslauf am 02.02.2013 in Weigenheim
1000m Schülerlauf
Schülerinnen W8
1. Luana Spanu 6:34 min
Schüler M8
1. Janosch Bimüller 5:58 min
2. Yannic Dahl 6:13 min
Schülerinnen W9
2. Viktoria Haas 7:04 min
Schülerinnen W10
1. Amélie Dahl 5:45 min
Schüler M10
3. Leandro Spanu 5:53 min
Schüler M12
1. Leon Khavvam 5:11 min
2000m Jugendlauf
männl. Jgd. U16
1. Paul Nohner 9:37 min
6000m Hauptlauf
Männer M45
4. Jens Dahl 33:05 min
8. Frank Salomon 37:30 min
11. Thomas Bimüller 44:08 min
Männer M50
2. Nohner, Hans-Peter 29:51 min
4. Röthlingshöfer, W. 30:30 min

Winterlaufserie (OL) am 03.02.2013 in Nittenau
Training A
18. Bially, Michael 27:45 min
Training C
2. Bimüller, Gabi 23:34 min

Nordbayerische Hallenmeisterschaften am 03.02.2013 in Fürth
Männl. Jgd. M 15
Kugelstoßen
2. Hack Julian 12,14 m*
800 m
3. Hack Julian 2:21,83 min*
WJ U 20
60 m Hürden, Finale
8. Khavvam Lisa 11,04 sec
Weitsprung
6. Khavvam Lisa 4,60 m

Senioren-Hallensportfest am 09.02.2013 in Fürth
Frauen W 45
60 m
1. Mader Angelika 8,57 sec
100 m
1. Mader Angelika 13,82 sec
200m
2. Mader Angelika 29,40 sec
Weitsprug
1, Mader Angelika 4,83 m
Männer M 40
60 m
3. Köhler Harald 7,81 sec
100 m
2. Köhler Harald 12,72 sec

*) neuer Vereinsrekord

200 m
1. Köhler Harald 27,71 sec
Weitsprung
1. Köhler Harald 5,77 m

Offene Kreismeisterschaften im Crosslauf am 23.02.2013 in Scheinfeld

Schüler M 7, 1400 m
1. Berger Tom 8:03,36 min
Schüler M 8, 1400 m
1. Bimüller Janosch 7:41,43 min
2. Dahl Yannic 7:51,91 min
Schüler M 12, 1400 m
2. Khavvam Leon 6:31,56 min
4. Schuh Kornelius 6:47,08 min
Schüler M 15, 2800 m
2. Hack Julian 11:05,68 min
Schülerinnen W 10, 1400 m
2. Dahl Amelie 7:32,30 min
Männer M 50, 8400 m
2. Röthlingshöfer W. 37:23,93 min

10. Hallensportfest des TSV Wendelstein am 02.03.2013

Schüler M 8
2 x 30 m
2. Bimüller Janosch 11,62 sec
11. Dahl Yannic 12,90 sec
Schüler M 12
2x 30 m
4. Khavvam Leon 10,57 sec
Schüler M 8
4 Runden-Lauf
2. Bimüller Janosch 1:16,1min
7. Dahl Yannic 1:22,1min
Schüler M 8
Standweitsprung
2. Bimüller Janosch 5,10 m
13. Dahl Yannic 3,80 m
Schüler M 12
Kugelstoßen
3. Khavvam Leon 6,60 m
Hochsprung
2. Khavvam Leon 1,25 m

Hallenkreismeisterschaften der Schüler am 09.03.2013 in Bad Windsheim

Schülerinnen W 8
30 m
2. Spanu Luana 5,99 sec
4. Hirsch Emelie 6,31 sec
5. Bauereiß Alina 6,48 sec
Standweitsprung
2. Hirsch Emelie 1,34 m
3. Spanu Luana 1,33 m
5. Bauereiß Alina 1,25 m
Schülerinnen W 9
30 m
1. Helm Alisa 5,39 sec
2. Schmidt Jana 5,89 sec
7. Kopp Emma 6,40 sec
Standweitsprung
1. Helm Alisa 1,56 m
4. Schmidt Jana 1,36 m
7. Kopp Emma 1,09 m
Schülerinnen U 10
4 x 1 Runde Staffel
1. TSV Ipsheim 1:18,96 min
(Spanu Luana - Kopp Emma - Helm Alisa - Schmidt Jana)
Schülerinnen W 10
30 m
1. Dahl Amelie 5,57 sec
2. Sturm Lena 5,82 sec
3. Vogl Daniela 5,85 sec
5. Rippel Lisa 6,16 sec
8. Sturm Nicole 6,30 sec
Standweitsprung
2. Dahl Amelie 1,62 m
2. Sturm Lena 1,62 m
5. Sturm Nicole 1,52 m
7. Vogl Daniela 1,49 m
7. Rippel Lisa 1,49 m
Schülerinnen W 11
30 m
3. Meyer Marie 5,83 sec
Standweitsprung
3. Meyer Marie 1,50 m
Schülerinnen U 12
4 x 1 Runde Staffel
1. TSV Ipsheim I 1:14,26 min
(Meyer Marie - Sturm Lena - Vogl Daniela - Dahl Amélie)
3. TSV Ipsheim II 1:20,60 min
(Rippel Lisa - Bauereiß Alina - Hirsch Emelie - Sturm Nicole)
Schülerinnen W 12
30 m
1. Dingfelder Jule 5,02 sec
Standweitsprung
2. Dingfelder Jule 1,82 m
6. Ebert Franziska 1,67 m
Medizinballstoß
1. Ebert Franziska 7,50 m
4. Dingfelder Jule 7,20 m
Schülerinnen W 13
30 m
4. Ebert Anika 5,20 sec
9. Gehret Regina 5,77 sec
Standweitsprung
3. Ebert Anika 1,96 m
4. Gehret Regina 1,85 m
Medizinballstoß
6. Ebert Anika 7,20 m
7. Gehret Regina 6,90 m
Schülerinnen U 14
4 x 1 Runde Staffel
2. TSV Ipsheim 1:07,00 min
(Dingfelder Jule-Ebert Franziska-Ebert Anika-Gehret Regina)
Schülerinnen W 15
Medizinballstoß
2. Ebert Stefanie 9,90 m
Schüler M 7
30 m
1. Berger Tom 6,38 sec
3. Bauereiß Nico 6,84 sec
Standweitsprung
2. Bauereiß Nico 1,29 m
4. Berger Tom 1,22 m
Schüler M 8
30 m
1. Bimüller Janosch 5,72 sec
7. Dahl Yannic 6,44 sec
8. Richter Gabriel 6,56 sec
10. Rösch Elias 6,82 sec
Standweitsprung
2. Bimüller Janosch 1,53 m
6. Richter Gabriel 1,44 m
7. Dahl Yannic 1,29 m
10. Rösch Elias 1,01 m
Schüler M 9
30 m
2. Schürmer Paul 5,88 sec
6. Wagner Jan 6,31 sec
Standweitsprung
3. Schürmer Paul 1,46 m
6. Wagner Jan 1,30 m
Schüler D
4 x 1 Runde Staffel
2. TSV Ipsheim I 1:18,58 min
(Richter Gabriel - Bimüller Janosch - Dahl Yannic - Schürmer Paul)
3. TSV Ipsheim II 1:29,21 min
(Bauereiß Nico - Berger Tom - Rösch Elias - Wagner Jan)
Schüler M 10
30 m
7. Spanu Leandro 5,75 sec
8. Berr Korbinian 5,82 sec
Standweitsprung
3. Spanu Leandro 1,63 m
8. Berr Korbinian 1,44 m
Schüler M 11
30 m
1. Schürmer Philip 5,25 sec
2. Weid Johann 5,34 sec
6. Titze Arne 5,64 sec
7. Rummel Vincent 5,66 sec
8. Schatz Kai 5,77 sec
Standweitsprung
1. Schürmer Philip 1,93 m
2. Rummel Vincent 1,76 m
3. Titze Arne 1,73 m
6. Schatz Kai 1,69 m
7. Weid Johann 1,55 m
Schüler U 12
4 x 1 Runde Staffel
2. TSV Ipsheim I 1:10,51 min
(Weid Johann - Schatz Kai - Rummel Vincent - Schürmer Philip)
3. TSV Ipsheim II 1:10,63 min
(Spanu Leandro - Berr Korbinian - Titze Arne - Heese Tom)
Schüler M 12
30 m
1. Khavvam Leon 5,17 sec
5. Schuh Kornelius 5,57 sec
6. Kilian Raphael 5,60 sec
8. Dingfelder Philipp 5,68 sec
9. Seemann Hannes 5,99 sec
12. Ströbel Kevin 6,59 sec
Standweitsprung
1. Khavvam Leon 1,99 m
3. Dingfelder Philipp 1,81 m
4. Schuh Kornelius 1,74 m
9. Kilian Raphael 1,51 m
11. Seemann Hannes 1,30 m
12. Ströbel Kevin 1,27 m
Hochsprung
1. Khavvam Leon 1,26 m
Medizinballstoß
1. Khavvam Leon 8,40 m
2. Schuh Kornelius 7,50 m
5. Kilian Raphael 7,20 m
8. Ströbel Kevin 6,60 m
10.Dingfelder Philipp 6,10 m
11. Seemann Hannes 5,30 m
Schüler M 13
30 m
1. Peltner David 4,52 sec
3. Hufnagel Niklas 5,39 sec
Standweitsprung
1. Hufnagel Niklas 2,16 m
2. Peltner David 2,05 m
Medizinballstoß
1. Peltner David 11,00 m
2. Hufnagel Niklas 10,40 m
Schüler U 14
4 x 1 Runde Staffel
1. TSV Ipsheim I 1:06,38 min
(Khavvam Leon - Schuh Kornelius - Dingfelder Philipp - Peltner David)
3. TSV Ipsheim II 1:13,54 min
(Seemann Hannes - Kilian Raphael - Hufnagel Niklas - Ströbel Kevin)
Schüler M 15
30 m
1. Hack Julian 4,71 sec
Standweitsprung
1. Hack Julian 2,45 m
Medizinballstoß
1. Hack Julian 12,70 m

Self-Transcendence 6-Stunden-Lauf am 16.03. 2013 in Nürnberg

Männer M50
6. Röthlingshöfer, W. 66,292 km

Weinturmlauf am 17.03.2013 in Bad Windsheim

10 km Lauf
Männer
6. Summ, Adrian 41:50 min
9. Kleinwächter, Tim 44:44 min
Männer M35
11. Krebelder, Dieter 48:28 min
15. Meyer, Gerd 51:17 min
Schülerlauf 1,6 km
männl. Jugend U16
2. Hack, Julian 5:19 min
männl. Jugend U14
3. Schuh, Kornelius 6:33 min
7. Seemann, Hannes 7:38 min
männl. Jugend U12
2. Hesse, Tom 6:38 min
16. Spanu, Leandro 8:07 min
männl. Jugend U10
3. Bimüller, Janosch 7:38 min
4. Kopp, Adrian 7:39 min
8. Dahl, Yannic 8:02 min
10. Seemann, Max 8:08 min
24. Berr, Korbinian 9:00 min
weibl. Jugend U14
5. Ebert, Franziska 7:31 min
weibl. Jugend U12
1. Dahl, Amélie 7:28 min
2. Vogl, Daniela 7:32 min
14. Sturm, Lena 9:57 min
15. Sturm, Nicole 10:00 min
weibl. Jugend U10
2. Krebelder, Marie 8:15 min
6. Spanu, Luana 9:01 min
9. Haas, Viktoria 10:02 min

Senioren Hallen-Europameisterschaften vom 19. – 24. März 2013 in San Sebastian (Spanien)

Männer M 40
60 m, 5. Vorlauf
6. Köhler Harald 7,77 sec
200 m, 4. Vorlauf
4. Köhler Harald 25,60 sec
Weitsprung, Finale
6. Köhler Harald 5,94 m
4 x 200 m Staffel, Finale
4. Deutschland 1:36,05 min
(Meinert Möller-Alexander David-Harald Köhler-Andreas Schulze)

Trainings-OL am 23.03.2013 in Bamberg

Fortgeschritten Lang - 5,4 km
3. Bially, Michael 54:10 min

Deutsche Meisterschaften im Orientierungslauf (Sprint) am 13.04.2013 in Berlin

Männer H35
Quali B - 3,4 km
14. Bially, Michael 20:46 min
B-Finale - 3,1 km
24. Bially, Michael 23:43 min

Bundesranglistenlauf (OL) am 14.04.2013 in Birkenwerder (b. Berlin)

Männer H40 - 9,0 km
27. Bially, Michael 1:19:51 Std

Orientierungslauf am 20.04.2013 in Hiltpoltstein

Einfach, kurz - 2,8 km

2. Dingfelder, Jule
Ebert, Franziska 52:48 min
3. Bimüller, Janosch
Bimüller, Tom 53:16 min

Fortgeschritten, lang - 6,3 km

8. Bially, Michael 1:16:58 Std

Kids - 1,4 km

3. Rippel, Lisa 31:06 min
4. Rösch, Elias 31:25 min

Berglauf am 21.04.2013 in Burgbernheim

Crosslauf 13,6 km
Männer M55
9. Ripka, Ernst 1:18:38 Std
Männer M50
3. Röthlingshöfer, W. 1:04:04 Std
11. Gundacker, Friedrich 1:14:42 Std
17. Khavvam, André 1:23:20 Std
Männer M45
24. Salomon, Frank 1:17:54 Std
Männer M40
15. Hofmann, Bernd 1:22:25 Std

Hobbylauf 5,7 km

Männer M35
3. Krebelder, Dieter 27:26 min
4. Meyer, Gerd 28:46 min
Frauen W45
1. Salomon, Ute 32:29 min

Schülerlauf 1,7 km
Schülerinnen W9
4. Krebelder, Marie 9:32 min
Schülerinnen W12
2. Dingfelder, Jule 8:08 min
3. Ebert, Franziska 8:17 min
Schüler M8
1. Bimüller, Janosch 8:29 min
Schüler M12
1. Khavvam, Leon 7:30 min
2. Schuh, Kornelius 7:34 min
5. Dingfelder, Philipp 8:08 min
Schüler M15
1. Hack, Julian 6:26 min

Bambinilauf 600m
männl. Kinder U8
3. Berger, Tom 2:21 min
weibl. Kinder U8
6. Krebelder, Sina 2:32 min

Straßenlauf in Hohenstadt am 27.04.2013

männl. Kinder U12 - 5 km
1. Bimüller, Janosch 27:45 min
Männer M45 - 2,66 km
1. Bimüller, Thomas 14:11 min

Zwickellauf am 28.04.2013 in Münchsteinach

Hauptlauf 11 km
männl. Jugend U20
1. Gröger, Nico 42:44 min
Männer M50
3. Röthlingshöfer, W. 46:04 min

1. Bayerncup-OL am 28.04.2013 in Wald/Opf.

Männer H35 - 5,3 km
8. Bially, Michael 1:00:50 Std

5. Weitsprungmeeting am 28.04.2013 in Gollhofen

Jugend M 12
1. Khavvam Leon 4,32 m
Männl. Jugend U 18
1. Mader Daniel 5,55 m

Männer
1. Köhler Harald 5,65 m
2. Streckfuß Uwe 5,09 m
Weibl. Jugend U 18
2. Khavvam Lisa 4,46 m
Frauen
1. Mader Angelika 4,80 m

Kinderleichtathletik am 28.04.2013 in Gollhofen

Kinder U 10
2. Platz TSV Ipsheim 11 Punkte
(Ipsheimer Rennsemmeln)
Dahl, Yannik - Bimüller, Janosch - Berger, Tom - Haas, Viktoria - Spanu, Luana - Renner, Lina
2. Platz TSV Ipsheim 11 Punkte
(Ipsheimer Sport Girls)
Schirmer, Anne - Berger, Maria - Stammler, Joelina - Schöttle, Marie - Kilian, Carina - Schmidt, Jana
Kinder U 12
5. TSV Ipsheim 22 Punkte
(Ipsheimer Hennen mit Hahn)
Spanu, Leandro - Trump, Sarah - Sturm, Lena - Sturm, Nicole - Reuter, Cheyenne - Vogl, Daniela - Dahl, Amelie - Summ, Laura - Wagner, Marie - Krauß, Lea

Staffel- und Speerwurf-Kreismeisterschaften am 04.05.2013 in Langenzenn

Schüler M 8
3 x 800 m Staffel
1. TSV Ipsheim 11:57,3 min*
(Janosch Bimüller-Florian Datz-Tom Berger)
Schüler M 12
3 x 800 m Staffel
1. TSV Ipsheim 10:11,4 min*
(Leon Khavvam-Markus Zeller-Stefan Zeller)
Speerwurf
1. Khavvam Leon 20,79 m
Männl. Jugend U18
4 x 100 m Staffel
1. TSV Ipsheim 47,6 sec*
(Sven Salomon-Daniel Mader-Fabian Schäfer-Julian Hack)
Männer
Speerwurf
2. Streckfuß Uwe 30,50 m
Schülerinnen W 9
4 x 50 m Staffel
1. TSV Ipsheim 36,2 sec
(Maria Berger-Emma Kopp-Jana Schmidt-Alisa Helm)
3 x 800 m Staffel
1. TSV Ipsheim 11:23,7 min
(Maria Berger-Jolina Stammler-Alisa Helm)
Schülerinnen W 10
4 x 50 m Staffel
1. TSV Ipsheim 35,8 sec
(Carina Kilian-Marie Wagner-Laura Summ-Jolina Stammler)
3 x 800 m Staffel
1. TSV Ipsheim keine Zeit
(Marie Wagner-Jana Schmidt-Laura Summ)

Sandgrubencrosslauf am 05.05.2013 in Dettendorf

7,7 km
5. Röthlingshöfer, W. 36:45 min

Bahneröffnung am 05.05.2013 in Schweinfurt

Jugend M 15
Kugelstoß
1. Hack Julian 12,99 m*
800 m
3. Hack Julian 2:22,89 min
Männl. Jugend U 18
100 m
4. Mader Daniel 11,86 sec
Hochsprung
3. Mader Daniel 1,72 m
Weitsprung
1. Mader Daniel 5,97 m
Frauen
100 m
3. Mader Angelika 13,39 sec
200 m
3. Mader Angelika 27,81 sec
Weitsprung
1. Mader Angelika 4,89 m

24-Stundenlauf am 09.05.2013 in München

Männer M50
1. Röthlingshöfer, W. 102,84 km

Sprinter- und Läuferabend am 16.05.2013 in Gunzenhausen

Schüler M 12
75 m
1. Khavvam Leon 10,97 sec
60 m Hürden
1. Khavvam Leon 12,46 sec

Sparkassen-Meeting am 18.05.2013 in Ellwangen

Männer
100 m
11. Köhler Harald 12,43 sec
Weitsprung
8. Köhler Harald 5,68 m
männl. Jug, U 18
100 m
4. Mader Daniel 12,24 sec
Hochsprung
6. Mader Daniel 1,67 m
Weitsprung
3. Mader Daniel 5,72 m
Schüler M 15
800 m
1. Hack Julian 2:18,56 min*
Vierkampf
2. Hack Julian 2041 Punkte*
(12,88-4,89-12,30-1,52)
Schüler M 12
800 m
2. Khavvam Leon 2:49,71 min*
Vierkampf
4. Khavvam Leon 1547 Punkte*
Frauen
100 m
9. Mader Angelika 13,53 sec
200 m
4. Mader Angelika 28,03 sec
Weitsprung
8. Mader Angelika 4,89 m

Orientierungslauf am 18.05.2013 in Neuhaus/Aisch

Einfach, kurz - 2,8 km
1. Dingfelder, Philipp 42:30 min
3. Dingfelder, Jule
Ebert, Franziska 50:18 min
5. Bimüller, Gabi
Bimüller, Janosch
Rippel, Lisa 1:00:42 Std
Kids 1,84 km
1. Kopp, Emma
Kopp, Adrian 24:26 min
Fortgeschritten, lang - 6,27 km
3. Bially, Michael 57:12 min

Internationales Deutsches Turnfest 2013 vom 18.05.2013 - 25.05.2013 in der Metropolregion Rhein-Neckar

Männer M 35 – 39
Wahlvierkampf Leichtathletik
8. Streckfuß Uwe 36,96 Punkte
(12,97-7,84-5,14-31,99)

Straßenlauf am 08.06.2013 in Gollhofen

5 km-Lauf
Männer M50
1. Nohner, Hans-Peter 20:32 min
Männer M45
4. Bimüller, Thomas 31:11 min
Schülerlauf 2 km
Schüler M11
3. Hesse, Tom 9:03 min
Schüler M10
11. Lechner, Luis 12:34 min
Schüler M8
3. Bimüller, Janosch 11:12 min
Schülerinnen W10
1. Vogl, Daniela 10:04 min
3. Dahl, Amélie 10:19 min

Zusammengestellt von
Michael Bially
Horst Prinzkosky
Willfried Röthlingshöfer

Wir wünschen euch schöne Sommerferien!

*) neuer Vereinsrekord

Storchen Apotheke

Oberndorfer Straße 11 · 91472 Ipsheim
Telefon 0 98 46/2 69
www.apotheke-ipsheim.de
Apotheker Jürgen Hertlein e. K.

Natürlich gut beraten!

Ihre Gesundheit liegt uns sehr am Herzen, deshalb sind wir gerne für Sie da.

Besuchen Sie unsere Storchen Apotheke und überzeugen Sie sich selbst.

Ihr Team der Storchen Apotheke Ipsheim.

Öffnungszeiten: Mo, Di, Do: 8.30 – 13.00 Uhr und 14.00 – 19.00 Uhr · Mi: 8.30 – 12.30 Uhr
Fr: 8.30 – 13.00 Uhr und 14.00 – 18.00 Uhr · Sa: 8.30 – 12.00 Uhr

Das Girokonto für junge Leute und die SparkassenCard: Damit habt Ihr Eure Finanzen im Griff.

Sparkasse im Landkreis
Neustadt a.d. Aisch - Bad Windsheim

- Alles **ohne Gebühren**: Überweisen, abheben und vieles mehr ...
- **SparkassenCard -** mit Geldkarten-Chip
- **Free-SMS** über www.sparkasse-nea.de
- **Zinsen** wie beim 3-monatigen Sparkassenbuch
- **Preisvorteile** bei Jugendveranstaltungen
- **Jugendtimer** für das ganze Schuljahr
- **Online-Banking**
- ab 18: **MasterCard X-TENSION*** mit 5 % Reisebonus

*Die MasterCard X-TENSION bietet Ihnen neben der Möglichkeit der bargeldlosen Bezahlung viele weitere Vorteile, z.B. Auslandsreise-Krankenversicherung, 5 % X-Tension Bonus bei Buchungen von Pauschalreisen/Flugtickets/Mietwagen/Hotels und weitere Mehrwerte.